బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో..

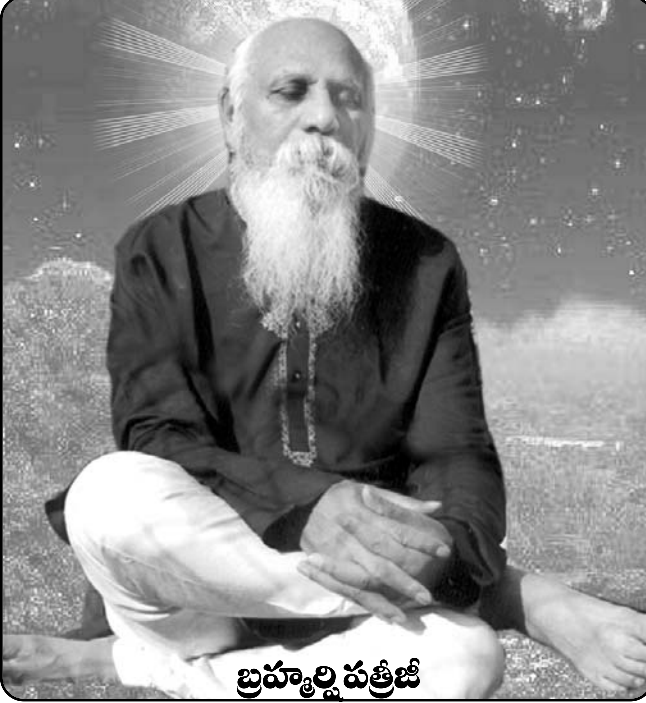
జ్ఞాన జ్యోతి

తటవర్తి వీరరాఘవరావు



బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ ఆశీస్సులతో..

జ్ఞాన జ్యోతి


బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

రచన & ప్రచురణ :

తటవర్తి వీరరాఘవరావు

2021 సం॥రం : నాలుగు ముద్రణలు

కాపీలు : 15,000

వెల : రూ. 100/-

పుస్తకముల కొరకు

తటవర్తి వీర రాఘవరావు

తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం - 534 201. ప॥గో॥జిల్లా.

సెల్ : 9490171853, 9440309812

email : balajipyramid.bvrm@gmail.com

విషయ సూచిక

పిరమిడ్ స్పిరిచ్యువల్ సొసైటీస్ మూవ్‌మెంట్ - ఇండియా

ధ్యానం గురించి మరింత సమాచారం కొరకు ఈ క్రింది వెబ్‌సైట్‌లను దర్శించండి.
1) www.pssmovement.org, 2) www.meditationeverywhere.org,
3) www.pyramidvalley.org, 4) www.pyramidseverywhere.org,
5)www.thepyramidradio.com
తెలుగులో సమాచారం కొరకు http://pssmovement.org/telugu/

జ్ఞానమంటే?

జ్ఞానం రెండు రకాలు (1) సత్యజ్ఞానం, (2) అసత్యజ్ఞానం.

భగవంతునికి సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని సత్యజ్ఞానమంటారు. భగవంతునిచే చేయబడిన సృష్టికి సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని అసత్య జ్ఞానమంటారు. భగవంతుడ్ని పురుషుడు లేక ఆత్మ అని కూడా అంటారు. సృష్టిని ప్రకృతి లేక అనాత్మ అని కూడా అంటారు. ఒక రకంగా ఈ పురుష, ప్రకృతిల కలయికే వున్నదంతా. అందుచేత భగవంతుని గురించి, భగవంతుని సృష్టి గురించి, సృష్టిలోని జీవుల గురించి తెలుసు కోవడమే జ్ఞానం. వీటి గురించి ఎంత ఎక్కువ తెలుసుకుంటే వారిని అంత జ్ఞాని అంటారు. వీటి గురించి తెలుసుకోకపోతే వారిని 'అజ్ఞాని' అంటారు.

ఈ జ్ఞానమున్న వారు సృష్టికి, సృష్టి ధర్మాలకు అనుగుణంగా ప్రవర్తిస్తారు. ఆనందంగా జీవిస్తారు. ఈ జ్ఞానం లేనివారు సృష్టికి, సృష్టి ధర్మాలకు విరుద్ధంగా ప్రవర్తిస్తారు. కష్టాల పాలవుతారు, దుఃఖాన్ని పొందుతారు. అంటే మానవుని దుః ఖానికి కారణం జ్ఞానం లేకపోవడమే.

'జ్ఞానాన్ని' ఒక రకంగా వెలుగుతో పోలుస్తారు. 'అజ్ఞానాన్ని' చీకటితో పోలుస్తారు. వెలుగు అన్నిటినీ చూపించేది. చీకటి అంటే వున్నా కూడా చూపించనిది. చూడండి కళ్ళున్న వాడైనా సరే చీకటిలో ప్రయాణించాలంటే, జీవించాలంటే ఎన్ని ఇబ్బందులు పడతాడు? ఎన్ని కష్టాలు పడతాడు? ఎన్ని అవస్థలు పడతాడు? అదే వెలుగులో అయితే ఏ ఇబ్బంది పడడు కదా? ఎంత సుఖం? ఎంత సులువు? ఎంత తేలిక? ఏ పనైనా సునాయాసంగా చేసుకుంటాడు. అందుచేత చీకటి ఎవరికైనా ఎంత ఇబ్బందో! అలాగే అజ్ఞానం అంత ఇబ్బంది. అలాగే వెలుగు ఎంత సుఖమో! జ్ఞానం అంత సుఖం. ఒక రకంగా జ్ఞానం లేనివాడిని కళ్ళున్న గుడ్డివాడు అనుకోవచ్చు. ఎందుచేతనంటే చీకటిలో కళ్ళు వున్నా కూడా గుడ్డివాడిలా ప్రవర్తిస్తాడు. మరి వాడు గుడ్డివాడే కదా?

గుడ్డివాడు ప్రయాణించలేడు అందరి సహాయం అర్థిస్తాడు. అలాగే జ్ఞానం లేనివాడు జీవించలేడు. కష్టాలపాలవుతాడు. వారి సహాయం, వీరి సహాయం అర్థిస్తాడు. దారి చూపించమని, కష్టాల నుంచి బయటపడే మార్గం చూపించమని, గురువులను, పండితులను అర్థిస్తాడు. అందుచేత మానవునకు జ్ఞానం చాలా అవసరం. అందుచేత ఎవరైనా ముందు జ్ఞానం సంపాదించుకోవాలి.

కానీ ప్రస్తుతం లోకంలో అంతా ధనానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు ధనమే గొప్పదనుకుంటున్నారు. కానీ ఎవరూ జ్ఞానం గురించి ఆలోచించడం లేదు. జ్ఞానం యొక్క గొప్పతనం తెలుసుకోవడం లేదు. జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోవటానికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వడం లేదు. కారణం జ్ఞానం అంటే ఏమిటో తెలియక, జ్ఞానం విలువ తెలియక. అందుచేత కనీసం ఇప్పటి నుంచైనా జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోండి. జ్ఞానాన్ని పెంచుకోండి దుఃఖం నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడండి.

ధనము - జ్ఞానము

ఎవరినైనా ధనం గొప్పదా? జ్ఞానం గొప్పదా? అని అడిగితే జ్ఞానమే గొప్పదని చెపుతారు. కానీ వారి ప్రవర్తన మాత్రం ధనమే గొప్పదన్నట్టుగా వుంటుంది.

ఎందుచేతనంటే ఎవరిని చూసినా ఎంతసేపూ ధనం లేదని బాధపడతారు. కానీ, జ్ఞానం లేదని ఎవరూ బాధపడరు. అందుకే ధన సంపాదనకే ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు, పాటు పడుతున్నారు. కానీ జ్ఞాన సంపాదనకు ప్రాముఖ్యం ఇవ్వడం లేదు, పాటుపడడం లేదు. ఇంకా గమనిస్తే

- ▲ ధన సంపాదనకు ఎక్కువ సమయం కేటాయిస్తారు. కానీ జ్ఞాన సంపాదనకు కొద్దిపాటి సమయం కూడా కేటాయించరు.
- ▲ జీవితమంతా ధన సంపాదనకే వినియోగిస్తారు. కానీ జ్ఞాన సంపాదనకు కొద్దిగా కూడా కాళీ లేదంటారు.
- ▲ ధన సంపాదనకు భాధ్యతలు అడ్డురావు కానీ జ్ఞాన సంపాదనకు ఎన్నో బాధ్యతలు అడ్డు వస్తాయి. వ్యాపారం, ఉద్యోగం, వ్యవహారాలు, సంసారం, పెళ్ళిళ్ళు, ఇంటి పనులు, కార్యాలు, కార్యక్రమాలు, పిల్లలు, మనవలు ఇలా అన్నీ ఆటంకాలే! అన్నీ బాధ్యతలే!
- ▲ ధనం పెరిగిందా? లేదా? అని చూస్తారు. కానీ జ్ఞానం పెరిగిందా? లేదా? అని చూడరు.
- ▲ ఎంత దుఃఖంలో వున్నా ధనముంటే చాలనుకుంటారు. కానీ దుఃఖాన్ని తొలగించే జ్ఞానం వుండాలనుకోరు.
- ▲ ధనం వుంటే అదృష్టం, ధనం వున్నవాడు అదృష్టవంతుడు అనుకుంటారు. కానీ జ్ఞానం విషయంలో అలా అనుకోరు.
- ▲ ధనవంతుని ధనాన్ని, సంపదల్ని, భవనాల్ని, భూముల్ని, బంగారాన్ని, విలాసవంతమైన వస్తువుల్ని చూడగానే అవి పొందాలని ఆశపడతారు. జ్ఞానవంతులను, జ్ఞానాన్ని పొందిన వారిని చూసి జ్ఞానం పొందాలని ఆశపడరు. ధనాన్నే కోరతారు కానీ జ్ఞానాన్ని కోరరు.
- ▲ ధనం మీదే వ్యామోహం వుంటుంది. కానీ జ్ఞానం మీద వ్యామోహం వుండదు.

ఇంకా గమనిస్తే ధనమున్న వారికి, జ్ఞానమున్న వారికి చాలా తేడాలు కనిపిస్తాయి.

- ధనమున్న వారికి సుఖాలుంటాయి కానీ అనుభవించలేరు. కానీ జ్ఞానమున్న వారు ధనం లేకపోయినా ఆనందంగా వుంటారు.
- ధనమున్న వారికి అహంకారం వుంటుంది. కానీ జ్ఞానమున్న వారికి అణకువ వుంటుంది.
- ధనమున్న వారికి శాంతి వుండదు. జ్ఞానమున్న వారు శాంతిగా జీవిస్తారు.
- ధనమున్న వారు తాను వేరు ఇతరులు వేరు అనుకుంటారు, తామే గొప్పవారను కుంటారు. కానీ జ్ఞానమున్నవారు అంతా ఒక్కటే అని తెలుసుకుంటారు. తానే కాదు అంతా గొప్పవారని భావిస్తారు.
- ధనమున్న వారు దాచుకోవడమే కాదు, దోచుకోవాలని కూడా చూస్తారు. జ్ఞానమున్న వారు పంచుతారు, ఇవ్వటానికి ఇష్టపడతారు.
- ధనం వున్న వారు పోతుందని భయపడతారు, ఏది పోయినా దుఃఖానికి లోనవుతారు. జ్ఞానం పోదు కనుక నిర్భయంగా జీవిస్తారు.
- ధనం వున్నవారు అందరినీ అనుమానిస్తారు. జ్ఞానం వున్నవారు అందరినీ అభిమానిస్తారు.
- ధనానికి ప్రాముఖ్యం ఇచ్చేవారికి ధనం లేకపోయినా దుఃఖమే, ధనం సంపాదించలేక పోయినా దుఃఖమే. ధనవంతుల్ని చూసినా దుఃఖమే. ఒకవేళ ధనం వున్నా దుఃఖమే. కారణం ధనం కాపాడుకోవటానికి దుఃఖం, ధనం పోతుందని దుఃఖం, ధనం పోయినా దుఃఖమే. జ్ఞానానికి ప్రాముఖ్యం ఇచ్చేవారు దేనికీ దుఃఖ పడరు.
- ధనమున్న వారు ప్రార్థనలు చేస్తారు. కానీ జ్ఞానమున్నవారు ఎవరిని ప్రార్థించరు, ధ్యాన సాధన చేస్తారు.
- ధనమున్న వారికి తృప్తి వుండదు. కానీ జ్ఞానమున్న వారు తృప్తిగా జీవిస్తారు.
- ధనమున్న వారికి కోరికలు అదుపులో వుండవు, అలా పుడుతూనే వుంటాయి. కానీ జ్ఞానమున్న వారికి కోరికలు అదుపులో వుంటాయి.
- ధనమున్న వారు అర్థిస్తారు. కానీ జ్ఞానమున్న వారు ఆశీర్వదిస్తారు.
- ధనమున్న వారి చెయ్యి ఎప్పుడూ క్రిందే వుంటుంది. ఎంతవున్నా ఇంకా ఇంకా ఇవ్వమని అడుక్కుంటూ వుంటారు. కానీ జ్ఞానమ్ను వారి చెయ్యి ఎప్పుడూ పైనే వుంటుంది. ఇస్తూ వుంటారు.
- ధనమున్న వారు ఏది ఇచ్చినా, ఇస్తారని ఇస్తారు. తక్కువ ఇచ్చి ఎక్కువ ఆశిస్తారు. కానీ జ్ఞానమున్న వారు, తనకు ఇవ్వబడినవన్నీ ఇచ్చేస్తారు.

వుంచుకోరు.

- ▲ ధనమున్న వారు తనకు ఇవ్వబడినవన్నీ తనవనుకుంటారు. కానీ జ్ఞానమున్నవారు తనదంటూ ఏదీ లేదు అంతా పరమాత్మునిదేనని భావిస్తారు.
- ▲ ధనమున్న వారు హింస చేస్తారు. జ్ఞానమున్న వారు సేవ చేస్తాడు.
- ▲ ధనమున్న వారు తమ దగ్గర వున్నది శాశ్వతమనుకుంటాడు. కానీ జ్ఞానమున్న వారు ఏదీ శాశ్వతం కాదని తెలుసుకుంటారు.

ఇంకా కనుక మనం గమనిస్తే

- ▲ ధనాన్ని దోచుకోగలరు. కానీ జ్ఞానాన్ని ఎవరూ దోచుకోలేరు.
- ▲ ధనం పంచితే తరుగుతుంది. జ్ఞానం పంచితే పెరుగుతుంది.
- ▲ ధనం కూడా రాదు కానీ జ్ఞానం ఎన్ని జన్మలెత్తినా కూడా వస్తుంది.
- ▲ ధనం దుఃఖాన్ని పెంచుతుంది. కానీ జ్ఞానం దుఃఖాన్ని హరిస్తుంది.
- ▲ ధనమున్న వారికి ముక్తి రాదు. జ్ఞానమున్న వారికి ముక్తి లభిస్తుంది.

పై విషయాలను బట్టి జ్ఞానం గొప్పదని తెలుసుకోండి. వూరికే గొప్పదని అంటే సరిపోదు. కొద్దిపాటి జ్ఞానాన్నైనా సంపాదించుకోండి. మీలో జ్ఞానజ్యోతి వెలిగించుకోండి. అంతా మీకే అర్థమవుతుంది. మెల్లిగా ఆచరణలోకి వస్తుంది. ఆనందంగా జీవిస్తారు.

మరి జ్ఞానం పెరగాలన్నా, మనలో జ్ఞానజ్యోతి వెలగాలన్నా ఒక్కటే మార్గం. అదే ధ్యాన మార్గం "ధ్యానం చెయ్యండి – జ్ఞానజ్యోతి వెలిగించుకోండి" అందుకే "తమసోమా జ్యోతిర్గమయ" అన్నారు.

యోగులంతా చెప్పిందీ ధ్యానమే - చేసిందీ ధ్యానమే



ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస

జ్ఞానం అనంతం!

ఒకటవ తరగతి చదివే వారికి, 5వ తరగతి చదివే వారికి లెక్కలు ఒకే రకంగా వుండవు. ఒకటవ తరగతిలో గురువు లెక్కలు ఒక రకంగా చేయిస్తాడు. ఆ తరగతిలో అది కరెక్టు. కానీ 5వ తరగతిలో అదే అంకెలతో లెక్కలు ఇంకో రకంగా చేయిస్తాడు. అదీ కరెక్టే. అంతేకానీ 5వ తరగతిలో వుండి 1వ తరగతిలోలా చేస్తారా? చెప్తారా? చెయ్యరు, చెప్పరు కూడా.

చూడండి ఒకటవ తరగతిలో రెండు రెళ్ళు ఎంత? అంటే ఒక చేత్తో రెండు వేళ్ళు తెరుస్తారు. ఇంకొక చేత్తో ఇంకో రెండు వేళ్ళు తెరుస్తారు. అలా తెరచి ఆ నాలుగు వేళ్ళను లెక్కించి 4 అని చెప్తారు. అలాగే మాష్టారు చేయిస్తారు. కానీ ఐదవ తరగతిలో ఇవేమీ చేయించరు, చెయ్యరు. రెండు రెళ్ళు ఎంత అంటే వెంటనే 4 అని చెప్తారు. ఒకటవ తరగతిలో వేళ్ళు లెక్కించడం కరెక్టే. అయిదవ తరగతిలో నోటితో చెప్పడం కూడా కరెక్టే.

అక్కడ అది కరెక్టు. ఇక్కడ ఇది కరెక్టు. అంతేకానీ ఇక్కడ అది కరెక్టు కాదు, అక్కడ ఇది కరెక్టు కాదు. అక్కడ అది చెయ్యాలి. ఇక్కడ ఇది చెయ్యాలి. అలాగే ఆధ్యాత్మికంలో కూడా. అలా ఎదిగే కొద్దీ క్లాసులు మారే కొద్దీ లెక్కలు మారుతూనే వుంటాయి. హైస్కూలులో ఇంకో రకంగా వుంటాయి. కాలేజీలో ఇంకో రకంగా వుంటాయి. పోస్టు గ్రాడ్యుయేషన్‌లో ఇంకో రకంగా వుంటాయి. అలా స్థాయి మారుతూనే వుంటుంది. పెరుగుతూనే వుంటుంది. అలాగే ఆధ్యాత్మికంగా ఎదిగే కొద్దీ జ్ఞానం కూడా మారుతూనే వుంటుంది. పెరుగుతూనే వుంటుంది.

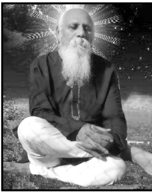
పిహెచ్.డి. వచ్చేసరికి విద్య ఇంకా మారిపోతుంది. ఇంకా శాఖోప శాఖలుగా అనంతంగా విస్తరిస్తూనే వుంటుంది. ఎవరి మేధస్సును బట్టి వారు ప్రదర్శిస్తూనే వుంటారు. అనేక కోణాలలో ప్రదర్శిస్తారు. ఒకరికి ఒకరికి సంబంధం వుండదు. ఒకే విషయం ఎవరి మేదస్సును బట్టి వారు వివరిస్తూ వుంటారు.

అలాగే జ్ఞానం కూడా విజ్ఞాన దశకు వచ్చినప్పుడు, సత్యాన్ని అనేక కోణాలలో చెప్పగలుగుతారు.

కొండ ఎక్కే కొద్దీ కనిపించే దృశ్యాలు మారుతూ వుంటాయి. ఏ ప్రక్క నుంచి ఎవరు ఎక్కుతారో వారు ఆ అనుభవాలు, ఆ దృశ్యాలు, వాటికి సంబంధించిన జ్ఞానం తెలుస్తుంది. కొండ శిఖరం ఎక్కగానే కొండ చుట్టూ వున్న మొత్తం దృశ్యాలు చూడగలుగుతారు. అలాగే ఆధ్యాత్మికంగా శిఖరానికి చేరుకుంటే ఎంతో విశేష జ్ఞానం తెలుస్తుంది. ఇక దానికి అంతం లేదు.

అలాగే ఏదైనా మన స్థాయి, మన కృషి, మన శక్తి, మన సాధన మీద ఆధారపడి వుంటుంది. అందుచేత ఈ సృష్టిలో జ్ఞానం అనంతమని తెలుసుకోండి. మరి భగవంతుని సృష్టిలోనే అనంతమైన జ్ఞానం వున్నప్పుడు, సృష్టే అంత గొప్పదైనపుడు ఈ సృష్టిని సృష్టి చేసిన భగవంతుడు ఎంత గొప్పవాడు? వూహించగలమా? అందుచేత అనంతమైన ఈ సృష్టిలోని జ్ఞానం గురించి, అనంత శక్తి స్వరూపుడైన భగవంతునికి సంబంధించిన జ్ఞానం గురించి తెలుసుకోవాలి. మీరు అలా తెలుసుకునే కొద్దీ మీ ప్రవర్తన మారిపోతూ వుంటుంది. పనులు మారిపోతాయి. ఆరాధనలు మారిపోతాయి. పూజలు పోయి స్తోత్రాలలోకి వస్తారు. స్తోత్రాలు పోయి జపాలు లోకి వస్తారు. చివరకు ధ్యానంలోకి వస్తారు. ఇదంతా మీ జ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ జరుగుతూ వుంటుంది.

అలా మన జ్ఞానం వేగవంతంగా పెరగాలంటే ఎవరైనా సరే ధ్యానం చేయవలసిందే.



ధ్యానం చేసే పద్ధతి
శ్వాసమీద ధ్యాస



ఎవరికి తగిన సుఖాసనంలో వారు హాయిగా కూర్చుని... చేతులు రెండూ కలిపి... కళ్ళు రెండూ మూసుకుని... ప్రకృతి సహజంగా జరుగుతున్న ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసలను గమనిస్తూ వుండాలి!

మధ్యమధ్యలో అనేకానేక ఆలోచనలు వస్తున్నా వాటిని ఎప్పటికప్పుడు 'కట్' చేస్తూ... మళ్ళీ మళ్ళీ శ్వాస మీదకే... ధ్యాస మరల్చుతూ వుంటే.. క్రమ క్రమంగా... ఆలోచనా రహిత స్థితి కలుగుతుంది.... చిత్తవృత్తులు నిరోధించబడతాయి... మనస్సు నిర్విషయం, శూన్యం అయిపోతుంది. మనస్సు శాంతిస్తుంది. ఇదే ధ్యాన స్థితి.

ఈ ఆలోచనా రహిత స్థితిలో కలిగే అనేకానేక శారీరక, నాడీ మండల, ఆత్మానుభవాలను గమనిస్తూ వుండాలి. ఆ స్థితిలో విశ్వమయ ప్రాణశక్తి. అపారంగా శరీరంలోకి ప్రవేశించి నాడీ మండలాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది. ఆ శక్తి వల్ల రోగాలన్నీ తగ్గుతాయి. నాడీమండల శుద్ధి వల్ల కర్మలు పోతాయి.

ప్రతిరోజూ ఎవరి వయస్సు ఎంతుంటుందో... కనీసం అన్ని నిమిషాలు... తప్పనిసరిగా... రోజుకి రెండు సార్లుగా... ధ్యానం చెయ్యాలి.

స్థూల జ్ఞానం - సూక్ష్మజ్ఞానం

భగవంతుని సృష్టికి సంబంధించినది స్థూల జ్ఞానం. భగవంతునికి సంబంధించినది సూక్ష్మజ్ఞానం. కారణం భగవంతుడు సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన వాడు. మానవ ఇంద్రియాలతో భగవంతుని తెలుసుకోలేము. ఎవరికైనా భగవంతుడు తెలియాలన్నా, భగవంతుని గూర్చి తెలుసుకోవాలన్నా భగవంతునికి సంబంధించిన సూక్ష్మజ్ఞానం అర్థం కావాలన్నా, వారు కూడా సూక్ష్మ స్థితికి వెళ్ళవలసిందే. కారణం భగవంతుడు ఇంద్రియాలకు అతీతమైన వాడు. ఇంద్రియాలకు అందనివాడు. అందుచేత ఇంద్రియాలకు అతీతమైన స్థితికి చేరుకోవాలి.

ఆ స్థితికి వెళ్ళాలంటే ఇంద్రియాలను ఉపయోగించకూడదు. ఇంద్రియాలను ఉపయోగిస్తే ఆయన ఎప్పటికీ అర్థం కాడు. గోచరం కాడు. అందుచేత ఇంద్రియాలను ఉపయోగించి చేసే ఆరాధనలు, పనులు, సాధనలు అన్నీ వ్యర్థం. వాటితో భగవంతుని ఎప్పటికీ తెలుసుకోలేము.

ఇంద్రియ జ్ఞానం భగవంతుని తెలుసుకోవటానికి, అర్థం చేసుకోవటానికి సరిపోదు. దానికి అతీంద్రియ జ్ఞానం సంపాదించుకోవాలి. ఇంద్రియాలు పనిచేస్తూ వుంటే అతీంద్రియ జ్ఞానం రాదు. అతీంద్రియ జ్ఞానం రావాలంటే ఇంద్రియాలకు అతీతమైన స్థితికి చేరుకోవాలి. అటువంటి స్థితి సంపాదించాలంటే "శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం" చెయ్యాలి. "శ్వాసమీద ధ్యాస ధ్యానం" ద్వారా అతీంద్రియ స్థితికి ఎలా చేరుకుంటామో చూద్దాం.

ధ్యానంలో ముందు బాహ్యేంద్రియాలు అదుపు చేయాలి. అంటే కళ్ళు మూయాలి, నోరు ముయ్యాలి, చేతులు కట్టేయ్యాలి, కాళ్ళు కట్టేయాలి. దీనినే ఆసన సిద్ధి అంటారు. తరువాత అంతర ఇంద్రియమైన మనస్సును కూడా అదుపు చెయ్యాలి. అంటే ఆలోచనలు వుండకూడదు. అంటే ఏ రకమైన భావాలు వుండకూడదు. భావాతీత స్థితికి చేరుకోవాలి. దానికి "శ్వాసమీద ధ్యాస" వుంచాలి. అలా వుంచగా వుంచగా ఆలోచనలు లేని స్థితి వస్తుంది. అదే ఇంద్రియాతీత స్థితి. కారణం అక్కడ బాహ్య ఇంద్రియాలు పని చెయ్యవు. అంతర ఇంద్రియమైన మనస్సు పనిచెయ్యదు. ఆ స్థితినే ధ్యాన స్థితి అంటారు.

తెలుసుకోండి ఈ అనంత సృష్టిలో అనంత జ్ఞానం, అనంత సూక్ష్మంలో వుంది. ఎంత పెద్ద పాత్ర తెచ్చుకుంటే సముద్రం నుంచి అంత ఎక్కువ నీరు

తెచ్చుకున్నట్టు, మన మనస్సును ఎంత శూన్యం చేసుకుంటే అంత శూన్యంలోని చేరుకుంటాం అలా ఎంత శూన్యంలోకి చేరుకుంటే అంత జ్ఞానం తెలుసు కోగలుగుతాం.

కంటికి కనబడే స్థూల జ్ఞానం సృష్టికి సంబంధించినది. కంటికి కనబడని సూక్ష్మ జ్ఞానం ఆత్మకు అంటే భగవంతునికి సంబంధించినది. సూక్ష్మజ్ఞానం మారదు, నశించదు, కానీ స్థూల జ్ఞానం మారుతూవుంటుంది, నశించిపోతుంది. స్థూలజ్ఞానం ఉందనిపిస్తుంది. కానీ ఉండేది కాదు, ఉండదు కూడా. కానీ సూక్ష్మజ్ఞానం సత్యమైనది, మార్పు చెందనిది.

స్థూల ప్రపంచం మారుతున్నప్పుడు స్థూల జ్ఞానం మారదా? అందుచేత మారే జ్ఞానం గొప్పది ఎలా అవుతుంది? మారనిదే గొప్పది. స్థూలంలో ఎప్పుడూ కొత్తవి వస్తూనే వుంటాయి. కొత్తవి రాగానే పాతవి కనుమరుగవుతాయి, అదృశ్యమైపోతాయి. మరి మానవులు కొత్తది రాగానే అదే గొప్పదనుకుంటారు. కొన్నాళ్ళకు దాని గొప్పతనం కూడా పోతుంది. పోయేది గొప్పది ఎలా అవుతుంది? పోనిదే గొప్పది.

అందుచేత ఎంత గొప్పదైనా పోయేదాన్ని గురించి పొంగిపోకూడదు. మురిసిపోకూడదు. ఉండేదేదో తెలుసుకోవాలి. దానిని పొందే ప్రయత్నం చేయాలి.

అందుచేత స్థూల సృష్టి జ్ఞానం కంటే సూక్ష్మమైన ఆత్మజ్ఞానం అంటే సత్యజ్ఞానం గొప్పదని తెలుసుకోవాలి. అందుచేత స్థూల జ్ఞానాధ్యయనమే కాదు – సత్యజ్ఞానాధ్యయనం కూడా చెయ్యాలి. అంటే తెలుసుకునే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. తాత్కాలిక స్థూల సృష్టిని మాత్రమే అధ్యయనం చెయ్యడం కాదు – శాశ్వత, సూక్ష్మ సత్యాన్ని కూడా అధ్యయనం చేయాలి. అంటే తెలుసుకునే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. అంటే ఆత్మ గురించి కూడా రీసెర్చిలు చెయ్యాలి.

దానికి ధ్యానంతో పాటు సూక్ష్మ స్థితిని కలుగ చేసే ఆహారం తీసుకోవాలి. అంటే రజోగుణ, తమోగుణ ఆహారం పనికి రాదు. సాత్వికతను పెంచే ఆహారం తీసుకోవాలి. ప్రకృతి సహజ సిద్ధమైన ఆహారం తీసుకోవాలి, అదే శాకాహారం. వీటన్నిటి కంటే శ్వాసాహారం శ్రేష్ఠం. అదే దేవతల ఆహారం అని కూడా అంటారు.

అలా ఆహార నియమాలతో పాటు ధ్యానం చెయ్యడం వల్ల మనస్సు శుద్ధమై, సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన స్థితికి చేరుకుని మెల్లిగా ఆత్మను అంటే భగవంతుని తెలుసుకోగలుగుతాం. దర్శించగలుగుతాం, అంటే అనుభూతి పొందగలుగుతాం. సూక్ష్మజ్ఞానాన్ని పొందగలుగుతాం.

ఆత్మ జ్ఞానం వల్ల..

సహజంగా అందరికీ కోరికలు వుంటాయి. కోరికలు ఉండడం కూడా సహజం. కానీ ఈ కోరికలు ప్రాపంచికమైనవే వుంటాయి. అలాంటి ప్రాపంచికమైన కోరికల వల్లే మానవుడు దుఃఖాన్ని పొందుతున్నాడు. కారణం అవి ఎన్ని తీరినా ఇంకా పుడుతూనే వుంటాయి. అలా జీవితంలో ప్రతీ ఒక్కరికి కొన్ని తీరని కోరికలు కచ్చితంగా వుంటూనే వుంటాయి. కారణం ఎవరికీ అన్నీ తీరవు కనుక. అలా తీరని కోరికలు వల్లే మానవునకు అంతులేని దుఃఖం కలుగుతుంది. అందుచేత మానవుడు దుఃఖాన్ని అధిగమించాలంటే కోరికలను అధిగమించాలి.

కోరికలకు కారణం మనస్సు. మనస్సును అధిగమించి ఆత్మ స్థితికి చేరుకున్నప్పుడు ఆత్మ జ్ఞానం పొందినప్పుడు, 'ఆత్మ'నేనని అర్థం చేసుకున్నప్పుడు, అశాశ్వతమైన ఈ ప్రాపంచిక విషయాల మీద, కోరికల మీద ఆసక్తి పోతుంది. ఎప్పుడయితే ఈ కోరికలు వుండవో అప్పుడు దుఃఖమే వుండదు. కోరికలే దుఃఖానికి కారణం కదా? కోరికలే లేనపుడు తీరాయా? లేదా? అన్న ప్రశ్నే ఉదయించదు కదా? అందుచేత ఆత్మజ్ఞానం కలిగిన వారికి కోరికల వల్ల ఉత్పన్నమయ్యే దుఃఖం తొలగిపోతుంది.

ఎప్పుడయితే ప్రాపంచికమైన కోరికలు వుండవో వారి ప్రవర్తన కూడా మారిపోతుంది. అవసరాలకు పరిమితమవుతారు. ఆనందంగా జీవిస్తారు. వారు శరీరం యొక్క అవసరాన్ని గుర్తిస్తారు, అంతకే పరిమితమవుతారు. ఆ శరీరాన్ని ఉపయోగించి ధ్యాన సాధన చేస్తూ ఆత్మజ్ఞానాన్ని పెంచుకుంటూ వుంటారు. ఆత్మజ్ఞానం పెరిగే కొద్దీ ఆనందం పెరుగుతూ వుంటుంది, ఇంకా శాంతి లభిస్తుంది. ధర్మం అవగతమవుతుంది. సరైన జీవన విధానం అలవడుతుంది. ఎరుకతో మాట్లాడగలుగుతారు. స్వార్థం పోతుంది, ప్రేమ మూర్తులవుతారు. దయ, కరుణ చూపించగలుగుతారు. సమస్త జీవులతో స్నేహం చేయగలుగుతారు. హింసను చెయ్యరు.

మరి ఇలాంటి లాభాలు కలగాలంటే ఎవరికైనా ఆత్మజ్ఞానం సంపాదించుకోవడం తప్పనిసరి. మరి ఆత్మజ్ఞానం కలగాలంటే ఆత్మను ఆశ్రయించాలి. దానికి ధ్యానం చెయ్యాలి. వేరొక మార్గం లేదు.

అనంతశక్తి - అల్ప శక్తి

ప్రతి ఒక్కరిలో అనంతమైన శక్తి దాగి వుంది. దాన్ని గుర్తించక ప్రతి ఒక్కరూ తమ అల్ప శక్తులు చూసుకుని మురిసిపోతూ వుంటారు. వాటిని చూసుకునే మిగతా వారు తమ కన్నా అల్పులని భావిస్తారు.

కానీ తాము గొప్పగా అనుకునేవి, తమకున్నవి మాత్రం చాలా చాలా అల్పమైనవని తెలుసుకో లేకపోతున్నారు. ఎందుచేతనంటే ఏ శక్తినయితే వారు గుర్తించలేదో అదే అనంతమైన శక్తి. ఆ శక్తి అందరిలోను వుంది. ఆ శక్తినే "ఆత్మ శక్తి" అంటారు.

మరి ఆత్మశక్తి ఎందుకు గొప్పది? కారణం ఆత్మకు చావూ లేదు, పుట్టుకా లేదు. ఆత్మను ఏ శస్త్రం చేధించలేదు, అగ్ని దహించలేదు. నీరు తడపలేదు. అంత గొప్పది 'ఆత్మ'. అంతే కాదు 'ఆత్మ' వున్నంతసేపే ఎవరి దేహమైనా పని చేస్తుంది, ఇంద్రియాలు పని చేస్తాయి, మనస్సు కూడా పని చేస్తుంది, 'ఆత్మ' లేకపోతే మొత్తం శరీరం నిర్జీవమై పోతుంది. ఆ శరీరాన్ని శవం అంటారు. అటువంటి శరీరాన్ని ఏ డాక్టరు పని చేయించలేదు. ఏ మేధావి నడిపించలేదు. ఏ శాస్త్రవేత్త మామూలు స్థితికి తీసుకు రాలేదు.

అంతేకాదు 'ఆత్మ' వున్నంత సేపే మానవుని ఇంద్రియాలు పని చేస్తాయి. అంటే కళ్ళు చూడగలవు. చెవులు వినగలవు. నోరు మాట్లాడగలదు. చర్మం స్పర్శించగలదు. ముక్కు వాసన చూడగలదు. చేతులు, కాళ్ళు పనిచేయగలవు. అవి వాటి ప్రతిభను చూపించగలవు. మనస్సు తన మేధస్సును ప్రదర్శించగలదు. అంటే ప్రస్తుతం మానవుడు ప్రదర్శించే శక్తులు ఆత్మ వల్ల ప్రదర్శించగలిగే అల్ప శక్తులు మాత్రమే. ఆత్మ లేకపోతే మానవుడు ఏదీ చెయ్యలేడు. అందుచేత అన్నిటికీ మించిన శక్తే ఆత్మ శక్తి.

అంతేకాదు ఆత్మశక్తిని వుపయోగించుకుంటే మానవ ఇంద్రియాలకు సాధ్యం కాని, ఇంద్రియాలతో తెలుసుకోలేని జ్ఞానం తెలుసుకోవచ్చు. వున్నచోటు నుంచి కదలకుండా ప్రపంచంలోనివే కాదు. సృష్టిలోని కోటానుకోట్ల లోకాల గురించి తెలుసుకోవచ్చు. అన్నిటినీ వీక్షించవచ్చు. అలా ఆత్మతో చూడగలిగేదాన్నే దివ్యనేత్రం లేక మూడవకన్ను అని కూడా అంటారు. మామూలు నేత్రాలతో మనం కొద్దిపాటివి మాత్రమే చూడగలం. ఒకవేళ చూసినా కూడా మనకు పూర్తిగా అర్థం కావు.

ఉదాహరణకు ఈ కళ్ళతో చూస్తే చంద్రుడు ఒక ఫుట్‌బాల్‌లా అనిపిస్తాడు.

అంతకన్నా ఏమీ తెలియదు కానీ ఆత్మశక్తితో చూస్తే చంద్రునిలోని వింతలు, విశేషాలు అన్నీ చూడవచ్చు. అలాగే అన్ని గ్రహాలను కూడా చూడవచ్చు.

అలాగే ప్రస్తుతం వున్న ఇంద్రియాలతో, ప్రస్తుతం వున్న వాటిని, ప్రస్తుతం జరుగుతున్న వాటిని మాత్రమే తెలుసుకోగలం. అవి కూడా కొంతమాత్రమే. కానీ ఆత్మశక్తితోనైతే ఎన్నో వందల వేల సంవత్సరాల క్రితం జరిగివన్నీ కూడా తెలుసు కోవచ్చు. అలాగే భవిష్యత్తులో జరగబోయేవి కూడా తెలుసుకోవచ్చు. అలా తెలుసుకోగలిగిన వారే వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి, నోస్ట్రడామస్ లాంటి వారు.

అలాగే మనకు ప్రస్తుత జన్మ గురించే తెలుసు కానీ ఆత్మ శక్తిని ఉపయోగించు కోగలిగిన వారు, వారి గత జన్మలనే కాకుండా ఇతరుల జన్మలను కూడా తెలుసు కోగలరు. ఈ విషయాన్నే మనం దేవుళ్ళనుకునే వారు ఎంతో మంది చెప్పడం జరిగింది. అలాగే ఆత్మశక్తిని ఉపయోగించుకోగలిగితే సృష్టిలోని సూక్ష్మలోకాల గురించి, సూక్ష్మలోక వాసుల గురించి కూడా తెలుసుకోవచ్చు. అంతేకాదు ఆత్మశక్తిని ఉపయోగించుకోగలిగే వారికి అపారమైన మేధాశక్తి వుంటుంది. వారు ఎంతో ప్రజ్ఞ కనపరచగలుగుతారు. వారు ఇంకా సృష్టిలోని ధర్మ సూక్ష్మాలు కూడా చెప్పగలుగుతారు. ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే మనం ఎన్నైనా చెప్పవచ్చు.

అందుచేత ప్రతీ మానవునిలో కూడా అనంతమైన ఆత్మశక్తి వుందని తెలుసుకోవాలి. ఆ శక్తిని ఉపయోగించుకోవడానికి ప్రయత్నించాలి. ఎందుచేతనంటే ఇంద్రియాలను ఉపయోగిస్తే అల్ప శక్తి కలిగి వుంటారు. కానీ ఆత్మను ఉపయోగించు కోగలిగితే అనంతశక్తి వంతులవుతారు.

యోగులు ఆత్మశక్తి గురించి తెలుసుకుని, ఆ శక్తిని ఉపయోగించుకో గలిగారు. వారికి మించిన వారు ఎవరూ వుండరు. మరి అటువంటి ఆత్మశక్తిని వెలికి తీసుకోవడం ఎలా? ఆ మార్గమే "శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం". అందుచేత ధ్యానం చేద్దాం. అనంత శక్తివంతులు అవుదాం. అలాంటి వారినే లోకంలో దేవుళ్ళని కూడా అంటారు.

అసలు అనంతమైన శక్తి ముందు అల్పమైన శక్తి ఎంత? ఏనుగు ముందు చీమ ఎంత? చీమకు ఏనుగు ప్రక్కనే వున్నా కనబడదు. తానే గొప్ప అనుకుంటుంది. అలాగే మానవునిలోని అనంతమైన 'ఆత్మ శక్తి'ని ఎవరూ గుర్తించటం లేదు.

ఎంతసేపూ ధనం, పదవులు, ఉద్యోగం, అందం లాంటివే చూసుకుని మురిసిపోతున్నారు, గర్విస్తున్నారు, అహంకరిస్తున్నారు. అందుచేత ధ్యానం చెయ్యండి, అపార శక్తివంతులు కండి.

ఆత్మానందం - అల్పానందం

వంద రూపాయలు వున్న వాడికి 1 రూపాయి లెక్క కాదు. వెయ్యి వున్న వాడికి 10 లెక్క కాదు. లక్ష వున్న వాడికి 100 లెక్క కాదు. కోటి వున్న వాడికి వెయ్యి లెక్క కాదు.

అలాగే కోటీశ్వరునికి కారులో వెళుతున్నప్పుడు ఒక రూపాయి కనిపిస్తే కారు ఆపి తీసుకుంటాడా? తీసుకోడు కదా? కానీ దరిద్రుడు ఎంతసేపైనా ఆగి ఆ రూపాయి కోసం తాపత్రయపడతాడు.

అలాగే ఆత్మ దర్శనంతో అంటే భగవత్ సాక్షాత్కారంతో, బ్రహ్మానందం పొందిన వాడికి ఈ ప్రాపంచిక అల్పానందం ఒక లెక్కా? అసలు వాటి గురించి ఆలోచిస్తాడా? వాటి మీద వ్యామోహం వుంటుందా? మమకారం వుంటుందా? కచ్చితంగా వుండదు. అలాంటి వాడికి అన్నిటి మీద వ్యామోహం తొలగిపోతుంది, మమకారం పోతుంది, వైరాగ్యం కలుగుతుంది.

కారణం ఈ ప్రపంచ సుఖాలు లభిస్తే పొందే ఆనందం కంటే ఆత్మను అంటే భగవంతుని పొందితే పొందే ఆనందం అంతులేనిది, అనిర్వచీనయమైనది, వర్ణించలేనిది. అందుచేత అలాంటి ఆనందం పొందే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. దానికి ధ్యానమే మార్గం. ధ్యానం ద్వారా సమాధి స్థితి పొందితే ఇది లభిస్తుంది.

అలా సమాధి స్థితి పొందినవాడు ఈ ప్రపంచ సుఖాలన్నిటి కంటే గొప్ప సుఖాన్ని అనుభవిస్తూ వుంటాడు. తాను పొందే ఆనందం ముందు ఈ లోకంలోని సుఖాలన్నీ కలిపినా కూడా అణుప్రాయమని తెలుసుకుంటాడు. తాను మునిగిన ఆనంద సాగరంలో ఈ ప్రాపంచిక, అల్పానందాలు అన్నీ ఒక బొట్టుతో కూడా సరికావని గ్రహిస్తాడు. అందుచేత వీటన్నిటిని తృణప్రాయంగా చూస్తాడు. వాటిని లెక్కే చేయడు.

పేడ పురుగు పేడలోనే దొర్లుతూ ఆ వాసననే ఆస్వాదిస్తూ అదే సుఖమనుకుని, అందులోనే దొర్లుతూ వుంటుంది. బయటకు రాదు. అదే గొప్ప ఆనందం అనుకుంటుంది. దానికి మల్లెపూల వాసన యొక్క గొప్పతనం కానీ, దాని యొక్క మాధుర్యం కానీ తెలియదు. అందుకే పేడలోనే దొర్లుతూ వుంటుంది.

అలాగే సామాన్య మానవులు అల్పమైన ఈ ప్రాపంచిక సుఖాలే గొప్పవనుకుని ఈ భోగ భాగ్యాలు, వాటి వల్ల వచ్చే ఆనందమే గొప్పవనుకుని వాటి కోసమే ప్రయత్నిస్తున్నారు, వాటి కోసమే జీవిస్తున్నారు, అదే గొప్ప ఆనందం అనుకుంటున్నారు. కానీ అంతులేని, అనిర్వచనీయమైన ఆత్మానందం, బ్రహ్మానందం గురించి తెలుసుకోవటం లేదు, దాని కోసం ప్రయత్నించడం లేదు, కృషి చెయ్యటం లేదు.

అందుచేత ప్రాపంచికమైన అల్పమైన ఆనందం కాదు. ఆత్మను పొందితే అంటే భగవంతుని పొందితే, పొందే ఆనందం అంటే బ్రహ్మానందం పొందాలి. అందుచేత ఆత్మను పొందే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. ధ్యానం చేస్తే ఎవరికైనా అటువంటి ఆనందం లభిస్తుంది. అందుచేత రోజూ ధ్యానం చేద్దాం.

సూర్యశక్తి - ఆత్మశక్తి

సూర్యశక్తిని 'సన్ ఎనర్జీ' అంటారు.

ఆత్మ శక్తిని 'సోల్ ఎనర్జీ' అంటారు.

సన్ ఎనర్జీని ఉపయోగించుకోగలిగిన వారిని 'సన్ యోగి' అంటారు. అలాగే ఆత్మశక్తిని ఉపయోగించుకోగలిగిన వారిని 'ఆత్మ యోగి' అంటారు.

సూర్యశక్తికి సంబంధించిన జ్ఞానం కలవారిని 'సూర్యజ్ఞాని' అంటారు. అలాగే ఆత్మకు సంబంధించిన జ్ఞానం కల వారిని 'ఆత్మ జ్ఞాని' అంటారు. అలాగే ఈ జ్ఞానం అన్నది వారి యొక్క సాధనలను బట్టి రకరకాల స్థాయిలో వుంటుంది.

గమనిస్తే సూర్యశక్తి 'పరిమిత శక్తి'. ఆత్మ శక్తి 'అనంతమైన శక్తి'. కారణం 'ఆత్మ' అన్నది అనంతమైనది. ఆది అంతములు లేనిది. అణువణువు వ్యాపించి వున్నది. ఒక రకంగా చెప్పాలంటే సమస్త సృష్టి అంటే సమస్త లోకాలు ఆత్మశక్తి నుంచే ఉద్భవించాయి. ఆత్మశక్తి వల్లే మనుగడ సాగిస్తున్నాయి. అంతేకాదు ఈ సృష్టిలోని కోటానుకోట్ల లోకాలు, లక్షల జీవులు, జీవరాసులు ఆత్మశక్తి వల్లే మనుగడ సాగిస్తున్నాయి.

గమనిస్తే ఏ జీవిలో ఆత్మశక్తి క్షీణిస్తుందో ఆ జీవి మనుగడ సాగించడం కష్టం. అలాగే ఆ జీవి ఆత్మశక్తి కోల్పోతే సృష్టిలో ఆ జీవి అదృశ్యమైపోతుంది. అంటే అన్నిటికీ ఆధారం 'ఆత్మశక్తే'.

అంతేకాదు ఈ సృష్టిలో మనం చూసే సూర్యుడే కాకుండా ఇంకా వేలాది సూర్యుళ్ళు వున్నారు. అంటే ఈ వేలాది సూర్యులు కూడా ఆత్మశక్తి నుంచి ఉద్భవించినవే. అవన్నీ ఆత్మశక్తిలోని ఒక అల్పభాగం మాత్రమే. మనం చూడగలిగే సూర్యుడు ఈ సృష్టిలోని కోటానుకోట్ల లోకాలలో ఒకటి మాత్రమే. అంతేకాదు ఈ సూర్యుని నుంచి వెలువడే శక్తి కొన్ని గ్రహాలకు మాత్రమే అందుతుంది. కానీ ఆత్మశక్తి అన్ని గ్రహాలకు అందుతుంది. అలాగే సూర్యశక్తి లేకుండా మనుగడ సాగించే లోకాలు వున్నాయి, ఆఖరికి సూర్యుడు లేకున్నా రాత్రిళ్ళు సకల జీవులూ జీవించగలుగు తున్నాయి. కానీ ఆత్మశక్తి లేకపోతే ఏ జీవి ఒక్క క్షణం జీవించలేదు. మనుగడ సాగించలేదు. చివరకు దాని ఉనికే కోల్పోతుంది.

అలాగే వెలుగునిచ్చే సూర్యుణ్ణి దేవుడు అని పిలుస్తారు. అంతేకాదు నీటిని ఇచ్చే వరుణుని కూడా దేవుడు అని పిలుస్తారు. వేడిని ఇచ్చే అగ్నిని కూడా దేవుడని పిలుస్తారు. గాలిని ఇచ్చే వాయువుని కూడా దేవుడని పిలుస్తారు. ఇలా సృష్టిలో

ముక్కోటి దేవతలు, దేవుళ్ళు వున్నారు. వారందరిలో సూర్యుడు ఒకడు. అంటే సూర్యశక్తి ఒకటి. జీవులు మనుగడ సాగించాలంటే సూర్యశక్తి ఒక్కటే సరిపోదు. ఇంకా చాలా కావాలి.

చూడండి మానవులనే తీసుకుందాం. వెలుగు ఒక్కటే సరిపోతుందా? అంటే మానవులకు గాలిలోని ఆక్సిజన్ కావాలి, నీరు కావాలి, వేడి కావాలి, ఆహారం కావాలి. అలా ఇంకా ఎన్నో కావాలి. ఏది లేకపోయినా మానవులు జీవించలేరు.

సూర్యశక్తిని వృక్షాలు స్వీకరించి, కిరణ జన్య సంయోగ క్రియ ద్వారా పళ్ళు, కూరగాయలు, సస్యాలు తయారు చేస్తున్నాయి. మొక్కలు సూర్యరశ్మితో పాటు గాలి, నీరు, భూమిలోని సారాన్ని కూడా తీసుకుంటున్నాయి. అందుచేత మానవులు తీసుకునే ఆహారంలో కొంతభాగం సూర్యశక్తి కూడా వుంది. అలా ఒక రకంగా మానవులు ఆహారం ద్వారా సూర్యశక్తిని వినియోగించుకుంటున్నట్టే. మానవులకు సూర్యశక్తి ఎంత అవసరమో అంతా వినియోగించుకుంటున్నారు. మరల ప్రత్యేకించి సూర్యశక్తిని తీసుకోనవసరం లేదు.

ఒక వేళ సూర్యశక్తి డైరెక్టుగా మానవుడు గ్రహించగలిగినా తీసుకునే ఆహార పరిమాణం తగ్గుతుంది తప్ప అంతకన్నా ప్రయోజనం లేదు. కారణం ఎంత సూర్యశక్తి సూర్యుని నుంచి తీసుకున్నా మానవునకు గాలి కావాలి. గాలిలోని ఆక్సిజన్ కావాలి. నీరు కావాలి, వేడి కావాలి, ఇలా ఎన్నో కావాలి. ఒక్క సూర్యశక్తి మాత్రమే సరిపోదు. ఒక్క సూర్యశక్తితోనే మానవులు మనుగడ సాగించలేరు.

గుర్తుంచుకోండి. ఎన్ని శక్తులు వున్నా ఆత్మశక్తి లేకపోతే మానవుడు శవమైపోతాడు. అదృశ్యమైపోతాడు. అందుచేత సూర్యశక్తి కంటే ఆత్మశక్తి చాలా చాలా గొప్పదని తెలుసుకోండి. 'ఆత్మశక్తి'ని ఆశ్రయించండి. మరి 'ఆత్మశక్తి'ని ఆశ్రయించాలంటే 'ధ్యానం' చెయ్యాలి. 'ధ్యానం' చేస్తేనే ఆత్మశక్తిని వినియోగించు కోగలుగుతాం. 'ఆత్మశక్తి'ని పెంచుకోగలుగుతాం.



సంభోగ ఆనందం - సమాధి ఆనందం

మానవుడు ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇచ్చేది తన భాగస్వామితో పొందే సంభోగ ఆనందానికే. అందుకే తోడు సంపాదించు కుంటున్నాడు. అంటే పురుషుడు స్త్రీని, స్త్రీ పురుషుడిని సంపాదించుకుంటున్నారు. ఎవరికి వారు అలా తోడు సంపాదించుకుంటున్నారు. దానితో పాటు మిగిలిన అవసరాలు సమకూర్చుకోవడం కోసం 24 గంటలు కష్టపడుతున్నారు. ఇదంతా రాత్రి తాను, తన భాగస్వామితో పొందబోయే సంభోగ ఆనందం కోసం మాత్రమే. కానీ ఆ సంభోగ ఆనందం క్షణకాలం మాత్రమే వుంటుంది.

అలా స్త్రీ పురుషులు ఇద్దరు కలిస్తే 'సంభోగము' అంటారు. కానీ ఆత్మతో అంటే భగవంతునితో కలిస్తే 'సమాధి' అంటారు. అలా సమాధి స్థితి పొందిన వారికి క్షణకాలం పాటు సంభోగంలో పొందినటువంటి అనిర్వచనీయమైన, వర్ణించలేని ఆనందం శాశ్వతంగా లభిస్తుంది. అంత గొప్పది సమాధి ఆనందం. తెలుసుకోండి సమాధి ఆనందం శాశ్వతం. కానీ సంభోగ ఆనందం క్షణకాలం అంటే తాత్కాలికం.

మానవుడు క్షణకాల ఆనందంతో తృప్తి పడుతున్నాడు. కానీ అటువంటి అనిర్వచనీయమైన, వర్ణించలేని, చెప్పలేని ఆనందం శాశ్వతంగా పొందవచ్చుని తెలుసుకోవటం లేదు. క్షణకాలంలో పోయే ఆనందం కోసం జన్మంతా ఎంతో కష్టపడుతున్నాడు. అలా ఎన్నో జన్మలు వృధా చేస్తున్నాడు. కానీ అలాంటి ఆనందం ఆత్మను పొందితే శాశ్వతంగా పొందవచ్చుని, సరిగా ప్రయత్నిస్తే దానికి ఈ ఒక్క జన్మే చాలని తెలుసుకోలేకపోతున్నాడు. కానీ అటువంటి సమాధి ఆనందాన్ని ధ్యాన సాధనద్వారా ఎంతో మంది యోగులు పొందగలిగారు.

సామాన్యులు అలాంటి యోగులను చూసి, ఆ యోగులేమిటి? ఏమీ సంపాదించకుండా అలా ఎక్కడో కళ్ళు మూసుకుని కూర్చుంటారు. పిచ్చోళ్ళులా వున్నారేమిటి? అనుకుంటారు. వారికి మేడలు, కార్లు, ఎ.సి.లు, నగలు లాంటి భోగాలు ఏమీ లేవు అనుకుంటారు. అదేమి జీవితమనుకుంటారు. కానీ ఆలోచిస్తే వీరే నిజమైన పిచ్చోళ్ళు. కారణం యోగులు శాశ్వతంగా పొందగలిగే ఆనందాన్ని, వీరు రోజులో, రాత్రి సమయంలో ఒక్క క్షణకాలం మాత్రమే పొందగలుగుతున్నారు. అదే గొప్ప అని భావిస్తున్నారు. అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు.

కానీ ఆత్మను పొందితే పొందే ఆనందం అంటే ఆత్మ ఆనందాన్ని అంటే సమాధి ఆనందాన్ని ఎవరూ చెప్పలేరు, చూపించలేరు, వర్ణించలేరు. అది అనుభవించవలసిందే, అనుభవ పూర్వకంగా తెలుసుకోవలసిందే. చూడండి మామిడి పండు రుచి చెప్పగలమా? చూపించగలమా? ఇది కూడా అంతే, మామిడిపండు తిని స్వయంగా అనుభవించ వలసిందే కదా?

కానీ సంభోగ ఆనందాన్ని ఒక రకంగా చెప్పవచ్చు. ఎందుచేతనంటే సంభోగ

ఆనందం కోరుకునే స్త్రీ కానీ, పురుషుడు కానీ వారికి ఎన్ని మధుర ఫల రసాలు కానీ, హంస తూలికా తల్పాలు కానీ, సుందర దృశ్యాలు కానీ, పంచభక్ష పరమాన్నాలు కానీ తృప్తినివ్వలేవు. ఆ కోరిక జనించినవారు, ఆ రుచి అనుభవించినవారు ఎన్ని భోగాలు వున్నా వ్యర్థంగా భావిస్తారు. ఆ విరహం భరించలేరు. ఆ ఆనందం లేకపోతే జీవితం వ్యర్థమనుకుంటాడు. అంటే సంభోగ ఆనందం భూమి మీద లభించే అన్ని ఆనందాల కంటే కూడా చాలా చాలా గొప్పదని తెలుసుకోవచ్చు. కారణం ఆ కాస్త ఆనందం కోసం భార్య భర్త పెట్టే ఎన్ని హింసలనయినా భరిస్తుంది. ఎన్ని తిట్లయినా సహిస్తుంది, ఎన్ని దెబ్బలయినా తింటుంది. అలాగే భర్త భార్య కోసం ఎన్ని కష్టాలయినా పడతాడు. ఎన్నిపాట్లయినా పడతాడు, తప్పులు, పాపాలు కూడా చేస్తుంటాడు.

అంతేకాదు వీరిద్దరు పడే కష్టాలు బాధలు, పాట్లు అన్నీ, ఆ ఒక్క క్షణకాల ఆనందం కోసం మాత్రమే. అటువంటి ఆనందం దూరమవ్వకూడదని నిత్యం ప్రార్థిస్తూ వుంటారు. తాను వున్నంత కాలం భార్య తోడుగా వుండాలని భర్త కోరుకుంటాడు. భర్త వుండాలని భార్య కోరుకుంటుంది. భర్త కోసం పెళ్ళి అయినప్పటి నుంచే నోములు, వ్రతాలు చేస్తుంది. పసుపు, కుంకుమలు కాపాడమని ప్రార్థిస్తుంది. అంటే పసుపు, కుంకుమలు కావాలని కాదు, అవి పెట్టుకునే భాగ్యం పోకూడదని. మరి భర్త వుంటేనే కదా ఆ భాగ్యం వుంటుంది? అలాగే భర్త కూడా భార్య కోసం పరితపిస్తాడు. ఎంతో కష్టపడ తాడు. సంపాదిస్తాడు. సంపాదించడానికి పాపాలు కూడా చేస్తాడు. భార్యను కాపాడు కోవడానికి ఎన్నో కష్టాలు పడతాడు. ఇతరులతో గొడవలు పడతాడు. ఆమెను ప్రసన్నం చేసుకుని ఆ కోరిక తీర్చుకోవడానికి అంటే ఆ సంభోగ ఆనందం పొందటా నికి 24 గంటలు చెమటోడ్చి సంపాదిస్తాడు. ఇదంతా సంభోగ ఆనందం కోసమే.

కానీ అలా అన్ని కష్టాలు, తిప్పలు పడి పొందే క్షణకాల సంభోగ ఆనందాన్ని యోగులు శాశ్వతంగా సమాధి స్థితిలో పొందుతున్నారు. అలాంటి సమాధి ఆనందం పొందిన వారు ఆ ఆనందాన్ని నిత్యం అనుభవిస్తూ ఈ ప్రాపంచిక సుఖాలు, భోగాలను తృణప్రాయంగా భావిస్తారు. గడ్డిపరకతో సమానంగా చూస్తారు. ఇది సామాన్యులకు అర్థం కాదు. సామాన్యులకు వారు చేసేదే, వారు పొందేదే గొప్పదనుకుంటారు.

మరి యోగులు పొందే వర్ణించలేని, అనిర్వచనీయమైన సమాధి ఆనందం, బ్రహ్మానందం పొందాలంటే ఎవరైనా యోగులులా ధ్యానం చెయ్యవలసిందే. అలా విశేషమైన ధ్యానం చేస్తే ఈ జన్మలోనే ఆత్మను పొందుతారు. అంటే భగవంతుని పొందుతారు. దానినే సమాధి స్థితి అంటారు. ఆ స్థితిలో పొందే ఆనందమే సమాధి ఆనందం అంటారు. అక్కడ దుఃఖాలన్నీ శాశ్వతంగా పోతాయి. దుఃఖం ఎప్పుడయితే శాశ్వతంగా పోతుందో! వుండేది ఆనందం మాత్రమే, శాశ్వతమైన ఆనందమే వుంటుంది. అందుచేత **"సంభోగ ఆనందంతోటే తృప్తిపడకండి. సమాధి ఆనందాన్ని పొందే ప్రయత్నం చెయ్యండి".** అంటే ధ్యానం చెయ్యాలని తెలుసుకోండి.

సృష్టిలోని జ్ఞానం

ఈ సృష్టిలో అనంతమైన జ్ఞానం వుంది. అది సంపాదించుకునే అవకాశం పొందే మార్గం ప్రతి ఒక్కరికి వుంది. కానీ కొన్ని లోపాల వల్ల మానవులు ఆ జ్ఞానాన్ని పొందలేకపోతున్నారు.

పై ట్యాంకులో వున్న నీరు ఎన్నో పైపుల ద్వారా ప్రజలకు అందుతూ వుంటాయి. కుళాయి కట్టి వుంచితే ఆ నీరు ప్రజలకు అందదు. అలాగే పైపులలో ఆటంకాలు వున్నా ప్రవహించదు. పైపులకు కనెక్షన్ లేకపోయినా ప్రవహించదు.

ఏ పైపులలో ఆటంకాలు వుండవో ఆ పైపు నుంచి అనంతంగా, నిరాఘాటంగా నీరు ప్రజలకు అందుతూనే వుంటుంది. అదే పెద్ద పైపు అయితే ఇంకా ఎక్కువ నీరు అందుతుంది.

అలాగే ఈ సృష్టిలో కూడా అనంత జ్ఞానం వుంది. కానీ ఆ జ్ఞానం లోకానికి అందాలంటే ఎవరి ద్వారా ఆ జ్ఞానం అందుతుందో వారిలో లోపాలు వుండకూడదు. అంటే తెలిసిన జ్ఞానాన్ని ఇతరులకు పంచకుండా వున్నా! సృష్టితో అనుసంధానం కాకపోయినా, (ధ్యానం చెయ్యకపోయినా) అందిన జ్ఞానాన్ని స్వార్థంతో సొమ్ము చేసుకోవాలని ప్రయత్నించినా! అంటే ధనం ఆశించినా! కీర్తికి పాకులాడినా! స్త్రీ లోలత్వం కలిగినా వారి వల్ల ఆ జ్ఞానం లోకానికి అందదు.

ఎవరిలో అయితే ఈ లోపాలు వుండవో, ఎవరయితే నిస్వార్థంగా ఈ జ్ఞానాన్ని లోకానికి పంచుతారో వారికి పైపులలో ఆటంకాలు లేని విధంగా అపారంగా ఈ సృష్టిలోని జ్ఞానం అందుతూనే వుంటుంది. అనంతంగా అందుతూనే వుంటుంది.

అటువంటి వారు ఆటంకాలు లేని పైపుల లాంటి వారు. అపారమైన జ్ఞానవంతులు. వారే ధ్యానం చేసే యోగులు. అందుకే లోకంలో వేమన, వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి లాంటి యోగులు లోకానికి ఎంతో జ్ఞానాన్ని అందించగలిగారు. అందుకే మనం కూడా ధ్యానం చేద్దాం. ఈ సృష్టిలోని అనంతమైన జ్ఞానాన్ని పొందుదాం. జ్ఞానవంతులు అవుదాం. అందరినీ జ్ఞానవంతులుగా చేద్దాం.

లోక ధనులు కాకండి -
జ్ఞాన ధనులు కండి

అందం - జ్ఞానం

చాలా మంది తమకున్న అందాన్ని చూసి, శరీర సౌష్టవం చూసి మురిసి పోతూంటారు. అది లేని వారిని హేళన చేస్తూ వుంటారు, పరిహసిస్తారు. తమకుందని గర్విస్తారు, మా అదృష్టమనుకుంటారు. అంతకన్నా ఆలోచించరు. కానీ అందమన్నది అశాశ్వతం, కొంతకాలం మాత్రమే వుంటుంది. దీపావళి వెలుగులా అదృశ్యమైపోతుంది. దానిని చూసి గర్వించడానికి ఏమీ లేదు.

అంతేకాదు అందం శాశ్వతం కాదని తెలియని కొందరు తాము అందంగా లేమని బాధపడతారు. తాము కూడా అందంగా వుండాలని, కనిపించాలని తాపత్రయ పడతారు. దాని కోసం ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తూంటారు. శరీరాన్ని అందంగా వుంచుకునేందుకు, సౌందర్యంగా తీర్చిదిద్దేందుకు నానాపాట్లు పడతారు. సన్నపడాలనుకునేవారు ఎక్సర్‌సైజ్‌లు, వ్యాయామాలు చేస్తారు. లావుగా వుండాలనుకునేవారు బలమైన ఆహారం తీసుకుంటారు. రంగు మారాలను కునేవారు సౌందర్య సాధనాలు వాడుతూ వుంటారు. మేకప్‌లు చేసుకుంటారు.

అలాగే అంగవైకల్యం కానీ, శరీరంలో లోపాలు కానీ వుంటే వాటిని సరి చేసుకోవటానికి జీవితమంతా కృషి చేస్తూనే వుంటారు. అలా తమ జీవితాన్నే వృధా చేసుకుంటారు. కానీ జీవితమన్నది శరీరాన్ని అందంగా వుంచుకోవడం కోసం కాదని తెలుసుకోవాలి. కారణం అందం అన్నది శాశ్వతం కాదు. మరి జీవితం దేనికి? జీవితమన్నది శరీరాన్ని ఉపయోగించుకుని జ్ఞానాన్ని సంపాదించు కోవడానికేనని తెలుసుకోవాలి.

"లోకంలో ఎంతసేపూ తాత్కాలికమైన, ఉండని అందం కోసం జీవితాన్ని వెచ్చిస్తున్నారు కానీ, శాశ్వతమైన జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోవాలని తెలుసుకోవడం లేదు".

గమనిస్తే మానవులలో కొంత మందికి అందం వుండదు, చాలా మందికి జ్ఞానం వుండదు. వీటిలో ఏది లేకపోయినా వారిలో లోపం వున్నట్టే. ఇందులో ఒక లోపం తాత్కాలికం. మరొక లోపం శాశ్వతం. మూర్ఖ మానవులు తాత్కాలిక లోపాన్ని సరిచేసుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నారు కానీ అసలైన, కావలసిన, శాశ్వతమైన, దుః ఖాన్ని నివారించే, మోక్షాన్ని ఇచ్చే జ్ఞానానికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వడం లేదు. జ్ఞానం యొక్క విలువ తెలుసుకోకుండా తమ అందాన్ని చూసుకుని మురిసిపోతూ, అది లేని వారిని తక్కువ వారిగా భావిస్తూ వుంటారు. హేళన చేసే వారు కూడా వున్నారు.

అష్టావక్ర మహర్షి శరీరం రకరకాల వంకరలు తిరిగి వుంటుంది. చాలా అసహ్యంగా, అందవికారంగా వుంటుంది. ఒకసారి ఆయన రాజ సభకు వచ్చాడు. ఆయనను చూసి అందరూ విరగబడినవ్వారు. హేళన చేశారు. తామేదో గొప్పవారైనట్టు పరిహసించారు. అష్టావక్రుడు కూడా వారందరినీ చూసి తానూ నవ్వాడు. అపుడు సభికులంతా ఆశ్చర్యపోయి ఎందుకు నవ్వుతున్నావు? అన్నారు.

అప్పుడు అష్టావక్రుడు మీరు తాత్కాలికంగా వుండే అందం లేదని నా రూపాన్ని చూసి నవ్వుతున్నారు. కానీ మీకు ఎంత అందం వున్నా! సృష్టిలో గొప్పదైన, శాశ్వతమైన జ్ఞానం లేదని తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. మీలో వున్న లోపాన్ని మీరు గుర్తించలేకపోతున్నారు. నాలోని లోపాన్ని చూస్తున్నారు. కానీ మీ లోపాన్ని మీరు తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. లోపాన్ని చూసి హేళన చెయ్యాలంటే నేను కూడా హేళన చెయ్యవచ్చు. కారణం మీ అందరికీ లేని జ్ఞానం నాకు వుంది. అందుచేత నేనూ నవ్వాను అని చెప్పాడు. అపుడు అందరూ సిగ్గుపడి మౌనం వహించారు.

శరీరంలోని లోపం చూడాలంటే ప్రతి ఒక్కరికి ఏదో ఒకటి వుంటుంది. కానీ శరీరంలోని లోపాలు సరి చేసుకోవటానికి ఎవరూ భూమి మీదకు రాలేదు. ప్రతీ ఒక్కరూ జ్ఞానాన్ని సంపాదించుకోవటానికే వచ్చారు. ఆ లోపం సరిచేసుకోకుండా ఎంత అందంగా వున్నా, అలంకరించుకున్నా అది వ్యర్థమే అవుతుంది.

అంద విహీనుడైన అష్టావక్రుడు ఆ రాజుకు “క్షణంలో మోక్షం పొందే మార్గం భోధించగలిగాడు”. కానీ ఎంతటి అందగాళ్ళైనా ఆ పని చెయ్యలేకపోయారు. కారణం వారికి ఆ జ్ఞానం లేకపోవడమే.

అందుచేత దేహ అందం కాదు ‘జ్ఞానం, ఆత్మ జ్ఞానం’ ముఖ్యమని తెలుసుకోండి. ‘ఆత్మజ్ఞానం’ పెంచుకోండి. అందం కాదు ‘జ్ఞానమే’ గొప్పదని తెలుసుకోండి. మరి ‘జ్ఞానం’ ఎలా వస్తుంది?

జ్ఞానమన్నది ‘ధ్యానం’ ద్వారా మాత్రమే వస్తుంది. ‘ధ్యానం’ చెయ్యటానికి ఎలాంటి దేహమైనా ఫర్వాలేదు. అందుచేత దేహ అందానికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వకండి. ఆ దేహంతో ‘ధ్యానం’ చెయ్యండి. మీరు జ్ఞానవంతులు అవుతారు. మీ జీవితం ధన్యమవుతుంది.

వయస్సులో వృద్ధులు గొప్పవారు కాదు
జ్ఞానంలో వృద్ధులే గొప్పవారు

వేషం - జ్ఞానం

లోకంలో ఎక్కువ మంది రూపానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. రూపమంటే వేషం. అంటే వేషానికి ఎక్కువ ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. వేషానికి ఆకర్షితులవుతారు. వేషం ఎంత గొప్పగా వేసుకుంటే వారు అంత గొప్పవారని భావిస్తారు.

కానీ వేషం కంటే జ్ఞానం గొప్పది. వేషం కనిపిస్తుంది. కానీ జ్ఞానం కనిపించదు. చూడగానే వేషం కనిపిస్తుంది. కానీ జ్ఞానం వారి మాటల్ని బట్టి, చేతల్ని బట్టి మాత్రమే తెలుసుకోగలం. వేషం కంటే జ్ఞానం ఎందుకు గొప్పదంటే! వేషం వేసుకున్నవాడు. దుఃఖాన్ని నివారించుకోలేడు, దుఃఖ నివారణా మార్గాన్ని బోధించలేడు. కానీ జ్ఞానమున్న వారు ఈ రెండూ చెయ్యగలరు.

వేషమున్న వాడు లోకుల దగ్గర ధనాన్ని ఆశిస్తాడు. కానీ జ్ఞానమున్న వాడు లోకులకు జ్ఞానాన్ని పంచాలని చూస్తాడు, జ్ఞానవంతుల్ని చెయ్యాలని చూస్తాడు. వేషమున్న వాడు ఆశిస్తాడు. కానీ జ్ఞానమున్న వాడు పంచుతాడు.

అలా మనం రకరకాల వేషాలు వేసుకుని గురువులమని చెప్పుకునేవారిని, బోధించేవారిని, ప్రవచనాలు చెప్పే వారిని చూస్తూ వుంటాం. అలాంటి వారి వేషాలు చూసి లోకంలోని సామాన్యులు ఆకర్షితులవడం సహజం. కానీ ముఖ్యంగా ప్రతీ ఒక్కరూ గుర్తుంచుకోవలసింది బోధించేవారికి, గురువులకు వేషం ప్రధానం కాదు. జ్ఞానం వుంటే చాలు. వేషానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తే తప్పకుండా మోసగింపబడతారు. తరువాత బాధపడాల్సి వస్తుంది. అందుచేత జ్ఞానానికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వండి. జ్ఞానం గురించి తెలుసుకోండి.

అందుకే శంకరాచార్యుల వారు అన్నారు.

"జటిలో ముండీ, లుంచిత కేశః
కాషాయం బర బహు కృత వేషః
పశ్యన్న పిచన పశ్యతి మూఢో
హ్యుదర నిమిత్తం బహుకృత వేషః!"

దీని అర్థం ఒకడు జడలు, ముడులు వేసుకుని, మరొకడు గుండు చేయించుకుని, ఇంకొకడు కాషాయ వస్త్రాలు ధరించి వుంటారు. చూస్తూ కూడా వాస్తవాన్ని చూడలేని ఈ మూర్ఖులు పొట్ట నింపుకోవటానికి అనేకానేక వేషాలు

వేస్తూ వుంటారు.

దీనిని బట్టి చాలా మంది పొట్ట నింపుకోవటానికి అంటే ధనం కోసం రకరకాల వేషాలు వేస్తూ జ్ఞానం లేకపోయినా ప్రజలను మోసగిస్తూ వుంటారని మనం అర్థం చేసుకోవచ్చు. వీరినే దొంగ బాబాలు, దొంగ స్వామీజీలు, దొంగ గురువులు అని కూడా అంటారు. వీరంతా **"చెప్పేది ఒకటి – చేసేది ఒకటి. ఆచరించమనేది ఒకటి – ఆచరించేది ఒకటి, అడిగేది ఒకటి – ఆశించేది మరొకటి".** అందుచేత ఇటువంటి వారి పట్ల జాగ్రత్తగా వుండాలి. జ్ఞానమంటే ఏమిటో తెలుసుకోవాలి. జ్ఞానానికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వాలి.

ఆలోచించండి ఎవరైనా షిరిడీ బాబాలా వేషం వేసుకుంటే వాడు బాబా అయిపోతాడా? శ్రీ కృష్ణునిలా వేషం వేసుకుంటే శ్రీ కృష్ణుడు అయిపోతాడా? ఆ శక్తులు వస్తాయా? గీత బోధించగలడా? అందుచేత వేషం గొప్పదికాదు, వేషం ప్రధానం కాదు. జ్ఞానమే గొప్పది. అందుచేత వేషాన్ని చూడకండి వారు బోధించే జ్ఞానం చూడండి. అందుకే పత్రీజీ ప్రత్యేక వేషధారణ వద్దంటారు. ఆయన ధ్యానం చెయ్యండి, జ్ఞానాన్ని పెంచుకోండి అంటారు. ఆయన ఇంకా ఏమంటారంటే ధ్యానం చేస్తే ఎవరైనా జ్ఞానాన్ని పొందవచ్చు. జ్ఞానవంతులు కావచ్చు అంటారు. అందుచేత ధ్యానం చేద్దాం. జ్ఞానాన్ని పెంచుకుందాం.

పిరమిడ్ ధ్యానుల తత్వ సారం

జ్ఞాన నవరత్నాలు

ఆత్మే పరబ్రహ్మం

జీవుడే దేవుడు | దేహమే దేవాలయం
శ్వాసే గురువు | సమయమే సాధన
సహనమే ప్రగతి | అనుభవమే జ్ఞానం
దానమే ధర్మం | ధర్మమే పుణ్యం

www.pss.org

ధ్యానం .. అంటే .. శ్వాసధార .. మీద .. ధ్యాసధార

దుఃఖానికి కారణం ?

లోకంలో సహజంగా చాలామంది తమకు ధనం లేకపోవడం వల్లే దుః ఖముందని అనుకుంటారు. ధనం బాగా సంపాదిస్తే దుఃఖం లేకుండా జీవించవచ్చు నుకుంటారు. గమనిస్తే వారికి ధనం లేకపోవచ్చు కానీ అపారమైన ధనం వున్న వారు లోకంలో చాలా మంది వున్నారు. కానీ వారు కూడా దుఃఖంలోనే వున్నారు.

అలాగే కొంతమంది మంచి ఉద్యోగం లేకపోవడం వల్ల దుఃఖం వుందను కుంటారు. కొంతమంది పెళ్ళి కాకపోవడం వల్ల దుఃఖం వుంది పెళ్ళి చేసుకుంటే దుఃఖం వుండదనుకుంటారు. ఇంకా కొంతమంది పిల్లలు లేకపోవడం వల్ల దుః ఖం వుంది. పిల్లలు పుడితే దుఃఖం వుండదని అనుకుంటారు. గమనిస్తే ఇవి వీరికి లేకపోవచ్చు, కానీ వేరొకరికి అవి వున్నాయి. చూస్తే వారికి కూడా దుఃఖం వుంది. అంటే దుఃఖం ఉండటానికి కారణం ఇవేమీ లేకపోవడం కాదని తెలుస్తుంది.

మరి మానవుల దుఃఖానికి కారణం ఏమిటి?... జ్ఞానం లేకపోవడమే అంటే ఆత్మజ్ఞానం లేకపోవడమే దుఃఖానికి కారణం. అందుచేత ఎవరైనా సరే దుః ఖం లేకుండా వుండాలంటే ధనం కాదు సంపాదించ వలసింది ఆత్మజ్ఞానం సంపాదించుకోవాలి.

చూడండి అర్జునుడంతటివాడు యుద్ధ సమయంలో దుఃఖానికి లోనై యుద్ధం చేయనని సాక్షాత్తూ శ్రీ కృష్ణ భగవానుని ముందే కూలబడ్డాడు. అపుడు శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు గీతా బోధ ద్వారా 'ఆత్మ జ్ఞానాన్ని' బోధించగానే అర్జునుడు దుఃఖం నుంచి బయటపడ్డాడు, యుద్ధం చేయడానికి సిద్ధమయ్యాడు.

అలాగే శ్రీరామచంద్రుడు కూడా తన 16వ ఏట రాజ్యమంతా పర్యటించి అక్కడక్కడ కొంతమంది దుఃఖంలో వుండడం చూసి తానూ దుఃఖితుడయ్యాడు. అన్నపానాలు మాని దుఃఖంతో రాజప్రాసాదంలోనే వుండిపోయాడు. అపుడు తండ్రి దశరధుని అభ్యర్ధన మేరకు గురువు వశిష్ఠ మహర్షి యోగవాశిష్ఠం ద్వారా 'ఆత్మజ్ఞానాన్ని' బోధించడం వల్ల శ్రీరాముడు దుఃఖం నుంచి బయటపడి తిరిగి యధావిధిగా తన కార్యాలు నిర్వర్తించగలిగాడు.

అంటే దీనిని బట్టి 'ఆత్మజ్ఞానం' లేకపోతే ఎంతటివారైనా దుఃఖానికి లోనవుతారని తెలుసుకోవచ్చు. మరి అంతటి గొప్పవారే 'ఆత్మజ్ఞానం' లేకపోవడం వల్ల దుఃఖితులైనపుడు 'ఆత్మజ్ఞానం' లేని సామాన్యులు దుఃఖానికి లోను కారా? దుఃఖితులవ్వరా? అందుచేత దుఃఖానికి కారణం 'ఆత్మజ్ఞానం' లేకపోవడమేనని తెలుసుకోండి.

అంతేకాదు బుద్ధభగవానుడు కూడా ఎంత రాజకుమారుడైనా! ఎన్ని రాజ భోగాలు అనుభవిస్తున్నా, దుఃఖంలో వున్న వారిని చూసి తాను కూడా దుః ఖితుడయ్యాడు. కారణం 'ఆత్మజ్ఞానం' లేకపోబట్టే! అపుడు దుఃఖానికి కారణం తెలుసుకుందామని తానే స్వయంగా అడవులకు వెళ్ళి ధ్యానం చేసాడు. ధ్యానం ద్వారా స్వయంగా 'ఆత్మజ్ఞానాన్ని' సంపాదించుకున్నాడు. దుఃఖం నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడ్డాడు. అంతే కాదు. అదే ధ్యానమార్గాన్ని బోధించి ఎంతోమందిని దుః ఖం నుంచి బయటపడేలా చేసాడు.

అందుచేత తెలుసుకోండి దుఃఖానికి కారణం ఆత్మజ్ఞానం లేకపోవడమే. మరి 'ఆత్మజ్ఞానం' ఎలా వస్తుంది? 'ధ్యానం' ద్వారా మాత్రమే వస్తుంది. అందుచేత అంతా 'ధ్యానం' చెయ్యండి. 'ఆత్మజ్ఞానం' సంపాదించుకోండి. దుఃఖం నుంచి బయటపడండి. అంటే ముక్తిని పొందండి.

అందుకే పత్రీజీ అంటారు. **"ధ్యానం ద్వారానే జ్ఞానం – జ్ఞానం ద్వారానే ముక్తి".**

బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ పిరమిడ్ సత్యవాక్కులు

- ▲ **"తాను ఆత్మ అని తెలుసుకున్నవాడు ఏడవడు!"**
- ▲ **"తపోలోకానికి వెళ్ళాలంటే తపస్సు కావాలి! సత్యలోకానికి వెళ్ళాలంటే సత్యం కావాలి!"**
- ▲ **"ప్రతి కార్యం వెనుక ఒక కారణం వుంటుంది!"**
- ▲ **"ధ్యానం అందరినీ మిత్రులుగా చేస్తుంది!"**
- ▲ **"తనకు లేకపోయినా ప్రక్కవాళ్ళకు సాయం చేయడమే సాహసం!"**
- ▲ **"సకల రోగాలకు మూలకారణం ఆత్మజ్ఞానం లోపించడమే!"**
- ▲ **మనం సదా గుర్తుంచుకోవాలసింది "మనమంతా దేవుళ్ళం!"**
- ▲ **"చంపవలసింది ప్రక్కవాళ్ళను కాదు - నేను, నాది అన్నవాటిని!"**
- ▲ **"ప్రకృతితో సదా సాన్నిహిత్యం కలిగి ఉండాలి!"**
- ▲ **"స్వంత కళ్యాణం జరిగితే గొప్ప కాదు లోకకళ్యాణం చేస్తే గొప్ప!"**
- ▲ **"ఇతరుల దోషాలను చూడకుండా స్వంత దోషాలను సరిచేసుకోవాలి!"**

ధ్యానం ఎందుకు?

చాలా మందికి ధ్యానం ఎందుకు చెయ్యాలో అర్థం కాదు. ధ్యానం చేస్తే ఏమొస్తుంది? వూరికే అలా కళ్ళు మూసుకుని కూర్చుంటే ఏమవుతుంది? సమయం వృధా కదా? ఆ టైమ్‌లో ఇంకా ఏదైనా చేసుకోవచ్చు కదా? వూరికే టైమ్ అలా వృధా చెయ్యడమెందుకు?... అని అనేవాళ్ళు కూడా వున్నారు. అనుకునే వాళ్ళు వున్నారు. కానీ తెలుసుకోండి... ధ్యానం అన్నది జ్ఞానం పెంచుకోవడానికి మాత్రమే.

చాలా మంది ధ్యానం చేస్తే ఈ లాభం వస్తుంది, ఆ లాభం వస్తుందని అనుకుంటారు. అలా రోగాలు నయమవుతాయి, మనశ్శాంతి లభిస్తుంది, ప్రాపంచిక సమస్యలు తొలగిపోతాయి. అందుకే ధ్యానం అనుకుంటారు. ఇంకా కొంతమంది అనుభవాలు వస్తాయి. మూడో కన్ను తెలుసుకుంటుంది, గత జన్మలు తెలుస్తాయి, సూక్ష్మశరీరయానం చెయ్యవచ్చు, అందరినీ కలవవచ్చు... అందుకే ధ్యానం అనుకుంటారు. ఇలాంటి లాభాల కోసమే ధ్యానం అనుకుంటారు. అందుచేత ధ్యానం చేస్తూ ఇవన్నీ వచ్చాయా? లేదా? అని చూస్తారు, వాటి కోసం ఆశిస్తారు. అవి రాకపోతే నిరుత్సాహ పడతారు. ధ్యానం అనవసరమనుకుంటారు.

కానీ ధ్యానం అన్నది వీటన్నిటి కోసం కానే కాదు. వీటి కోసం కాకపోయినా ధ్యానం చేసే వారికి ఎవరికైనా ఈ లాభాలు కూడా వస్తాయి. అంతేకానీ వీటి కోసమే ధ్యానం కాదు. **"ధ్యానం అన్నదిజ్ఞానం కోసం, జ్ఞానాన్ని పెంచుకోవడం కోసం మాత్రమే".** ఎందుచేతనంటే జ్ఞానం లేకపోతే ఎవరైనా అజ్ఞానంలోనే వుంటారు. అజ్ఞానంలో వుంటే చేయకూడని పనులు చేస్తారు. తప్పులు, పాపాలు చేస్తారు. సృష్టి ధర్మానికి విరుద్ధంగా ప్రవర్తిస్తారు. కష్టాలు, రోగాలు తెచ్చుకుంటారు. దుఃఖానికి లోనవుతారు.

మానవులు **"ఎంత జ్ఞానవంతులయితే అంత దుఃఖం తగ్గిపోతుంది. ఎంత అజ్ఞానంలో వుంటే అంత దుఃఖంలో వుంటారు".** అందుచేత జ్ఞానం పెంచుకోవాలి. జ్ఞానం పెంచుకోకుండా ఏదో ధ్యానం చేసి కొన్ని సమస్యలు పరిష్కరించుకున్నా మళ్ళీ సమస్యలలో చిక్కుకుంటారు. నిరాశకు గురవుతారు.

కొంతమంది మేము ధ్యానం చేస్తున్నాము, మాకు కష్టాలు ఎందుకు వస్తున్నాయి? అలాగే వాళ్ళు ధ్యానం చేస్తున్నారు... అయితే వారు తప్పులు ఎందుకు చేస్తున్నారు? అని ప్రశ్నిస్తూ వుంటారు? అంటే వారి ఉద్దేశ్యం ధ్యానం మొదలు పెట్టగానే, కొద్దిగా చేయగానే సమస్యలన్నీ పోవాలనుకుంటారు. ఏ

సమస్య రాకూడదనుకుంటారు. వారి ప్రవర్తన వెంటనే బుద్ధునిలా, రాముడిలా మారిపోవాలనుకుంటారు. అలా కాకపోతే ధ్యానం పనికిరానిదనుకుంటారు.

కానీ గుర్తుంచుకోండి ధ్యానమన్నది ప్రతి ఒక్కరూ జ్ఞానం పెంచుకోవడానికి మాత్రమేనని తెలుసుకోవాలి. ఈ జ్ఞానం కూడా ధ్యానం చేస్తుంటే మెల్లిమెల్లిగా పెరుగుతూ వుంటుంది. అంతేకానీ సృష్టిలోని జ్ఞానమంతా ఏదో కొద్ది రోజులు ధ్యానం చేసినంత మాత్రాన రాదు. వారి కర్మలన్నీ ఒక్కసారి పోవు, కష్టాలన్నీ ఒక్కసారిగా తీరిపోవు.

తెలుసుకోండి. మానవుడు పరిపూర్ణ జ్ఞాని కావాలంటే కనీసం 400 నుంచి 500 జన్మలు తీసుకోవలసి వుంటుంది. అన్ని జన్మలు కష్టపడితే తప్ప సృష్టిలోని అంటే భూలోకంలో జన్మించి నేర్చుకోవలసిన పూర్ణజ్ఞానం రాదు. అది కూడా వారికి 'జ్ఞానం' సంపాదించుకోవాలనే ఆసక్తి వుండాలి. 'జ్ఞానం' పొందటానికి తీవ్ర కృషి చెయ్యాలి. అంతే కానీ ధనం మీద, సంసారం మీద, సమస్యల మీద, సుఖాల మీద దృష్టి పెడితే 'జ్ఞానం' కోసం ఇంకా ఎక్కువ జన్మలు తీసుకోవలసి వస్తుంది. ఈ సృష్టిలో 'జ్ఞానం' అనంతం అని తెలుసుకోండి. ఎంత తెలుసుకున్నా ఇంకా ఇంకా తెలుసుకోవలసింది వుంటూనే వుంటుంది.

అటువంటి 'జ్ఞానం' ఒక ధ్యానం వల్ల మాత్రమే వస్తుంది తప్ప ఇక ఏ మార్గం వల్లా, ఇక దేని వల్లా రాదు. ఈ జ్ఞానం గురువుల వల్ల, పుస్తకాల వల్ల తెలుస్తుంది. కానీ అనుభవాన్ని కలిగించలేవు. ఉదాహరణకు భూలోకమే కాక ఇంకా ఎన్నో లోకాలు ఈ సృష్టిలో వున్నాయని గురువులు చెప్పగలరు. కానీ ఆ లోకాలను వారు చూపించలేరు. సూక్ష్మ శరీర యానం చెయ్యవచ్చు అని చెప్పగలరు కానీ చేయించలేరు. అవన్నీ ఎవరికి వారు తమ స్వయం 'ధ్యాన సాధన' ద్వారా అనుభవంలోకి తెచ్చుకోవాలి.

ధ్యానం చేస్తుంటే ఇటువంటివి ఎన్నో తెలుస్తాయి, శక్తులు వస్తాయి. వాటి ద్వారా ఇంకా ఇంకా ఎక్కువ జ్ఞానం సంపాదించుకోవచ్చు. ఉదాహరణకు ధ్యానం ద్వారా గత జన్మలు తెలుసుకోవచ్చు అని కొంతమంది చెప్తారు. చాలా మంది తెలుసుకోవాలని ఆశిస్తారు. గత జన్మలు తెలుసుకుంటే ప్రస్తుత సమస్యలు పరిష్కరించుకోవచ్చు. రోగాలు నయం చేసుకోవచ్చు అని అనుకుంటారు. కానీ దీని వల్ల పెద్ద ప్రయోజనం వుండదు. కారణం ఉన్న సమస్యలు పరిష్కరించుకున్నా మరల సమస్యలు వస్తూనే వుంటాయి, సమస్యలు రాకుండా వుండవు.

కానీ గత జన్మలు అన్నీ పూర్తిగా తెలుసుకోగలిగి, ఆ జన్మలలో చేసిన పనులు అంటే ఏ ఏ జన్మలలో ఏఏ కర్మలు చేసాము? తరువాత జన్మలలో వాటి ఫలితాలు ఎలా అనుభవించాము? అన్నది తెలుసుకోవాలి. అలాగే ఎలాంటి

తప్పులు చేస్తే ఎలాంటి కష్టాలు వస్తాయి? లాంటివన్నీ కూలంకషంగా తెలుసుకుంటే ప్రస్తుత జీవితంలో మరల ఆ తప్పులు చేయకుండా వుంటాం. భవిష్యత్తులో మరల అలాంటి కష్టాలు శాశ్వతంగా రాకుండా చేసుకోగలుగుతాం. చివరకు కష్టాల నుంచి పూర్తిగా బయట పడతాం.

అంతేకానీ ఏదో గతంలోని ఒక జన్మ తెలుసుకున్నంత మాత్రాన లేక కొన్ని జన్మలు తెలుసుకున్నంత మాత్రాన మీ కష్టాలన్నీ తీరిపోవు, మీ ప్రవర్తన మారిపోదు, మీకు పరిపూర్ణ జ్ఞానం రాదు. ఇవన్నీ సాధించాలంటే మీ గత జన్మలన్నీ ఒక సినిమాలా చూడగలగాలి, తెలుసుకోగలగాలి. దానికి అపారమైన ధ్యానసాధన చెయ్యాలి. అప్పుడే యీ జ్ఞానమంతా తెలుస్తుంది. అంతేకానీ ఏదో మీ గత జన్మ ఒకటి తెలుసుకున్నా ప్రయోజనం లేదు. మీ గత జన్మలోని కర్మలే కాదు. ఒక్కొక్కసారి మీరు 100 జన్మల క్రితం చేసిన కర్మలు కూడా అనుభవిస్తూ వుంటారు. అందుచేత ఒక్క జన్మ తెలుసుకుంటే సరిపోదు మన కష్టాలన్నీ పోవు. దానికి సంపూర్ణ జ్ఞానం సంపాదించాలి.

గుర్తుంచుకోండి **"కష్టాలు పోవడం ముఖ్యం కాదు, కష్టాలు రాకుండా వుండటమే ముఖ్యం".** ఎందుచేతనంటే మీరు కష్టాలు రాకుండా చేసుకోనంత వరకు ఎన్ని జన్మలెత్తినా మరల, మరల కష్టాలు వస్తూనే వుంటాయి. మీరు ఎన్ని సాధనలు చేసినా? ఎన్ని ఆరాధనలు చేసినా? కష్టాలు వస్తూనే వుంటాయి.

అందుచేత కష్టాలు రాకూడదంటే ఈ సృష్టి యొక్క జ్ఞానం కావాలి. ఆ జ్ఞానం రావాలంటే ధ్యానం ఒక్కటే మార్గం. అంతకు తప్ప వేరే మార్గం లేదు. అందుచేత **"ధ్యానం అన్నది కష్టాలు పోవడం కోసం కాదు, కష్టాలు రాకుండా వుండటానికి, కష్టాల నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడటానికి, దానికి కావలసిన జ్ఞానం అనుభవపూర్వకంగా సంపాదించటానికి మాత్రమేనని తెలుసుకోవాలి".** అంతేకానీ ధ్యానం చేస్తే రోగాలు పోతాయి. శాంతి వస్తుంది. ఇంకా ఏవేవో వస్తాయి అనుకుంటే సరిపోదు. ఎందుచేతనంటే ధ్యానం చేస్తే ఇలాంటి లాభాలు వస్తాయి. కానీ వీటన్నిటి కంటే జ్ఞానం అన్నది ముఖ్యం. అందుచేత ధ్యానం చేస్తే ఎంత జ్ఞానం సంపాదించాము? ఎంత జ్ఞానవంతు లయ్యాము? అన్నది చూడాలి. అంతేకానీ ఎన్ని సమస్యలు పోయాయి? ఎన్ని కష్టాలు పోయాయి? అన్నది ముఖ్యం కాదు. అసలు వాటి కోసం ధ్యానం కానే కాదు.

ధ్యానం యొక్క లక్ష్యం 'జ్ఞానం'. ధ్యాన లక్ష్యమైన జ్ఞానం కోసం ధ్యానం చేస్తుంటే అందరూ చెప్పుకునే లాభాలన్నీ వస్తాయి. అలాంటి లాభాలు లక్షలు వుంటాయి కానీ ఎన్ని లక్షల లాభాలు కలిగినా అవన్నీ బై ప్రోడక్ట్స్ లాంటివి మాత్రమేనని తెలుసుకోవాలి. వాటి కోసమే ధ్యానం చేసే వారు తెలివి తక్కువ

వారే అవుతారు.

చిన్న ఉదాహరణ చూద్దాం. ధాన్యాన్ని (PADDY) అంటే వడ్ల గింజలు రైస్‌మిల్లులో మర పట్టిస్తారు. దేని కోసం అంటే నాణ్యమైన బియ్యం (RICE) కోసం. ధాన్యాన్ని ఆడించడం యొక్క లక్ష్యం బియ్యం. కానీ అలా ఆడిస్తే నాణ్యమైన బియ్యం వచ్చే ముందు చాలా బై ప్రోడక్ట్స్ వస్తాయి. ముందు వూకపొట్టు వస్తుంది, తరువాత దూగర వస్తుంది, తరువాత చిట్టు వస్తుంది, తరువాత తవుడు వస్తుంది, తరువాత నూకలు కూడా వస్తాయి. ఇలా ఎన్నో బై ప్రోడక్ట్స్ వచ్చిన తరువాత ఆఖరుగా నాణ్యమైన బియ్యం (QUALITY RICE) వస్తుంది. అంటే ధాన్యం ఆడించేది బియ్యం కోసం మాత్రమే కానీ వూక, దూగర, చిట్టు, తవుడు, నూకలు కోసం మాత్రం కాదు. ధాన్యం ఆడించేటపుడు దూగర, పొల్లు, నూకలు వచ్చాయా? లేదా? అని చూసేవాడు తెలివి తక్కువ వాడు అవుతాడు. ఎలాంటి బియ్యం వచ్చాయా? అని చూసే వాడే తెలివైన వాడు. మరి బై ప్రోడక్ట్స్ వల్ల వుపయోగం లేదా అంటే వుంటుంది. కానీ అది అల్పమైనది, స్వల్పమైనది, కానీ ఎక్కువ లాభం బియ్యం వల్లే వుంటుంది.

అలాగే బియ్యం వదలేసి వూక, తువుడు, నూకలు మీద దృష్టి పెట్టేవాడు, వాటితో తృప్తి పడేవాడు తప్పక మూర్ఖుడవుతాడు. అలాగే ధ్యానం(MEDITATION) లో జ్ఞానం కోసం చూడకుండా మిగతా లాభాల మీద దృష్టి పెట్టేవాడు కూడా మూర్ఖుడే అవుతాడు.

బియ్యం కోసం వడ్లు ఆడించేటపుడు వూక, దూగర, తవుడు, నూకలు ఎలాగైనా వస్తాయి. వాటి కోసం కాదు వడ్లు ఆడించేది. అలాగే ధ్యానం చేసేటపుడు రోగాలు నయమవుతాయి, శాంతి లభిస్తుంది, గుణాలు మారతాయి, చెడు అలవాట్లు పోతాయి, అనేక దేహ సంబంధమైన, మనో సంబంధమైన, బుద్ధి పరమైన లాభాలు వస్తాయి. అనుభవాలు వస్తాయి. కానీ వాటి కోసమే ధ్యానం చెయ్యటం లేదని తెలుసుకోవాలి. ధ్యానం అన్నది 'జ్ఞానం' కోసం మాత్రమే అని తెలుసుకోవాలి. 'జ్ఞానం' వచ్చిందా? లేదా? ధ్యానం చేస్తే ఎంత 'జ్ఞానం' సంపాదించాం? ఎలాంటి 'జ్ఞానం' సంపాదించాం? అది మన జీవితానికి ఎంత వరకు లాభిస్తుంది. అన్నది ముఖ్యం. దాని మీద దృష్టి పెట్టాలి. అంతే తప్ప ధ్యానం చేస్తే ఆ లాభాలు రాలేదేమిటి? ఈ లాభాలు రాలేదేమిటి? అని చూడకూడదు.

అందుచేత ధ్యానం అన్నది 'జ్ఞానం' కోసమని తెలుసుకోండి. మరి 'జ్ఞానం' ఎందుకంటే 'ముక్తి' కోసం. 'ముక్తి' అంటే ఈ కష్టాల నుండి శాశ్వతంగా బయటపడటానికి. అందుచేత ధ్యానం చేద్దాం. 'ముక్తి'ని పొందుదాం.

దేవుడు వరమిచ్చినా-పూజారి వరమివ్వడు

లోకంలో ఒక నానుడు వుంది. అదేమిటంటే "దేవుడు వరం ఇచ్చినా పూజారి వరమివ్వడు". దాని అర్థం దేవుడు వరమిద్దామనకున్నా మధ్యలో పూజారి అడ్డుకుంటాడని. ఆయన అడ్డు తగులుతూ వుంటాడని. అంటే దేవునికి మనకి మధ్య పూజారి ఒకడు వుంటాడని తెలియ చెప్పడమే ఈ వాక్య అర్థం.

దీనికి ఒక అంతరార్థం కూడా వుంది. దేవుడు అంటే ఎవరో కాదు 'ఆత్మ'. పూజారి అంటే ఎవరో కాదు దేహానికి, ఆత్మకి మధ్యలో వుండే 'మనస్సు'. దేవుడు అంటే ఆత్మ ఎప్పుడూ మనకు మంచే చేస్తుంది, మంచి సలహాలే ఇస్తుంది. మన చేత మంచి చేయించాలనే చూస్తుంది. అలా మన చేత మంచి చేయించడమే, మనకు మంచి కలిగించడమే మనకు దేవుడు ఇచ్చే వరాలు. కానీ మధ్యలో మనస్సనే పూజారి అడ్డు తగిలి మనల్ని మంచి చెయ్యనివ్వడు, మనకు మంచి జరగనివ్వడు. అంటే దేవుడు అంటే **" 'ఆత్మ' వరం ఇచ్చినా పూజారి అంటే 'మనస్సు' వరం ఇవ్వదని అర్థం".**

అలా అంతరాత్మ అంటే దేవుడు మన ధర్మాలు బోధిస్తాడు. మనం చేయకూడని పనులు గురించి హెచ్చరిస్తుంటాడు. మన తప్పులు మనం చేయకుండానే ముందుగానే తెలియపరుస్తాడు. మన మాటల్లో అసత్యం వున్నా, అబద్ధం వున్నా ముందుగానే హెచ్చరిస్తాడు. ఎవరినైనా మోసగించినా, బాధించినా, హింసించినా వెంటనే హెచ్చరిస్తాడు. అలా మన తప్పులు ముందుగానే తెలియచేసి ఆ తప్పులు చేయకుండా తద్వారా మనం నష్టపోకుండా లాభం కలిగే విధంగా చేస్తాడు. అలా లాభం కలిగించేవన్నీ మనకు వరాలే కదా?

అలా దేవుడు మనకు వరాలు ఇద్దామనుకున్నా మధ్యలో వున్న పూజారి అంటే మనస్సు. ఆ సలహాలు పాటించనివ్వదు, విననివ్వదు, చెయ్యనివ్వదు, ఆచరించనివ్వదు. మధ్యలో అడ్డుకుంటుంది. అవసరం లేదంటుంది, అంతధర్మంగా వుండనవసరం లేదంటుంది, మంచి చెయ్యనివ్వదు. చెడునే ప్రోత్సహిస్తుంది, అధర్మాన్ని ప్రోత్సహిస్తుంది, చేయకూడని పనులనే చేయిస్తుంది. తద్వారా భవిష్యత్తులో మనకు జీవితంలో నష్టాన్ని, కష్టాల్ని కలుగచేస్తుంది. అందుచేత ఆత్మ అంటే దేవుడు మంచి మార్గంలో నడిపించి మంచి, మంచి ఫలితాలు అంటే వరాలు ఇవ్వాలని చూస్తుంటే మధ్యలో మనస్సు అంటే పూజారి అడ్డుకుని ఆ మంచి జరగకుండా అంటే వరాలు ఇవ్వకుండా అడ్డుకుంటున్నాడు కదా? అందుకే "దేవుడు వరం ఇచ్చినా పూజారి వరమివ్వడు" అని అనటానికి కారణం.

కొన్ని ఉదాహరణలు చూద్దాం. మనం అబద్ధమాడకూడదు కదా? కానీ ఎప్పుడైనా అబద్ధమాడుతున్నప్పుడు ఆత్మ నుంచి అబద్ధమాడుతున్నావు అని హెచ్చరిక వస్తుంది. కానీ మనకు లాభం కలుగుతున్నపుడు రెండు మాటలు మాట్లాడితే నష్టం ఏమిటి? అని మనస్సు సలహా ఇస్తుంది. మనకు తాత్కాలిక లాభం కలిగించే మనస్సు సలహా నచ్చుతుంది. వెంటనే అబద్ధం ఆడేస్తాం. అలా వచ్చిన తాత్కాలిక లాభం చూసుకుని మురిసిపోతాం. కానీ అలా అబద్ధం ఆడటం వల్ల, అది సృష్టి ధర్మానికి విరుద్ధమవ్వడం వల్ల, సృష్టి ధర్మాన్ని అనుసరించి మనకు శిక్ష పడుతుంది. అంతకు కొన్ని రెట్లు అదనంగా మనం భవిష్యత్తులో నష్టపోవలసి వస్తుంది. తరువాత ఎంతో విచారించవలసి వస్తుంది. బాధపడవలసి వస్తుంది. అయ్యో నష్టం వచ్చిందే అని రోదించవలసివస్తుంది.

మనం నష్టపోకుండా వుండే వరం ఇద్దామని 'ఆత్మ' అంటే 'దేవుడు' ప్రయత్నించినా, 'మనస్సు' అంటే 'పూజారి' అడ్డుకోవడం వల్లే కదా ఆ వరం మనం పొందలేకపోయాం.

చూడండి చాలా మంది ధన లాభం కోసం, ఇతర లాభాల కోసం అబద్ధాలాడతారు, మాట తప్పుతారు, మోసగిస్తారు ఎన్నో మాయమాటలు చెపుతారు, నిజాయితీగా వ్యవహరించరు, అధర్మంగా వ్యవహరించడానికి కూడా వెనుకాడరు. ఒక అబద్ధానికి తోడుగా పది అబద్ధాలు చెబుతారు. మాట ఇస్తారు, తప్పుతారు. తన తప్పును కప్పి పుచ్చుకునే ప్రయత్నం చేస్తారు. అలాంటి సందర్భాలతో మన లోపల నుంచి ఆత్మ అంటే దేవుడు మనల్ని హెచ్చరిస్తూనే వుంటాడు. కానీ మనస్సే ఫరవాలేదు అంటుంది. చేసిన పనిని సమర్థిస్తుంది. దానికి కారణాలు కూడా చెపుతుంది. చివరకు తప్పు చేయిస్తుంది.

మనస్సు ఏమంటుందంటే వాడు చేసాడు మనం చేస్తే తప్పేంటి? అంటుంది. వాడు చెయ్యగా లేనిది మనం చెయ్యకూడదా? వాడు చేసిన దానికి తగిన పాఠం మనం చెప్పామని మనస్సు సమర్థిస్తుంది. వాడు తప్పు చేసాడంటూనే మన చేత మరల అలాంటి తప్పు చేయమని ప్రోత్సహిస్తుంది. కానీ ఆలోచించండి వాడిది తప్పు అన్నపుడు అలాంటి తప్పు మనం ఎందుకు చెయ్యాలి? ఎవరు చేసినా తప్పు తప్పేగా? తప్పు అన్నది ఎవరికైనా నష్టమేగా? చేయకూడనిదేగా? ఈ సృష్టిలో వాడు తప్పు చేస్తే వాడు నష్టపోతాడు. వాడు శిక్ష అనుభవిస్తాడు. వాడు చేసాడని మనం చేస్తే అలాంటి నష్టం మనం కూడా పొందుతాం కదా? అలాంటి శిక్ష మనం కూడా అనుభవిస్తాం కదా? వాడు అనుభవిస్తే అనుభవిస్తాడు. అది వాడి ఇష్టం. కానీ మనం ఎందుకు నష్టపోవాలి? ఎందుకు శిక్ష అనుభవించాలి? అందుచేత మనస్సు చెప్పినట్టు కాకుండా ఆత్మ అంటే దేవుడు చెప్పినట్టు మనం నడచుకోవాలి.

తప్పు చెయ్యకూడదు. అపుడు మనం నష్టపోం.

కానీ అలా ప్రవర్తించాలన్నా ఆత్మ చెప్పినట్టు నడచుకోవాలన్నా చాలా చాలా కష్టం. ఎవరికైనా మనసు చెప్పిందే బాగా నచ్చుతుంది. అందుకే అందరూ తప్పులు చేస్తున్నారు. అంతా **"ఎదుట వారికి తప్పని చెప్పే వారే కానీ, తాము మటుకు తప్పులు చెయ్యడం మానరు".** ఎందుచేతనంటే **"చెప్పడం తేలిక ఆచరించడం కష్టం".** అందుకే తప్పు అని చెప్పే వారు కూడా కష్టాలలో వున్నారు.

ఎందుచేతనంటే సృష్టి ధర్మాలు, సృష్టి చేసిన దేవునికి తెలుసు అంటే ఆత్మకు తెలుసు. అందుచేత ఎవరైనా సరే ఆత్మను అనుసరించాలి కానీ మనస్సును అనుసరించకూడదు. మనస్సు వ్యామోహంలో పడకూడదు. కారణం మనస్సును మాయతో పోల్చారు. మనస్సు యొక్క మాయలో పడితే ఎవరైనా కష్టాలు పాలు కాక తప్పదు. చూడండి సీతాదేవి మనస్సు బంగారులేడి వ్యామోహంలో పడడంవల్ల ఎన్ని కష్టాలు పడవలసివచ్చిందో. అందుకే మనస్సు మాయలో పడకూడదంటారు.

అలాగే సృష్టి ధర్మాన్ని అనుసరించిన వారి పరిస్థితి. సృష్టి విరుద్ధంగా అంటే అధర్మాన్ని అనుసరించిన వారి పరిస్థితి ఎలా వుంటుందో మహాభారతం ద్వారా వ్యాస భగవానుడు మానవ లోకానికి అందివ్వడం జరిగింది. ఆ విషయమే మరొక్కసారి తెలుసుకుందాం.

ఒక రకంగా మహాభారతం అంటే పాండవులకు కౌరవులకు మధ్య జరిగిన యుద్ధం కాదు. ధర్మానికి అధర్మానికి మధ్య జరిగిన యుద్ధం మాత్రమే. ఇక్కడ పాండవులు అంటే ధర్మం. కౌరవులు అంటే అధర్మం. పాండవులు అంటే ఆత్మను అంటే దైవాన్ని అనుసరించిన వారు. అందుకే శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు వారి పక్షాన వున్నాడు. కానీ కౌరవులు మనస్సును అనుసరించారు. ఆత్మను విస్మరించారు. అందుకే శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు వారి పక్షాన లేడు. పాండవులు భగవానుని అంటే ఆత్మ సలహా ప్రకారం నడచుకునేవారు. కానీ కౌరవులు ఆత్మను విస్మరించారు అంటే శ్రీ కృష్ణ భగవానుని సలహాను పాటించలేదు.

గమనిస్తే ఆత్మను అంటే దైవాన్ని అనుసరించిన పాండవులు ధర్మయుక్తంగా ప్రవర్తించారు. అలాగే ధర్మానికి కట్టుబడి మొదట్లో చాలా కష్టాలు పడ్డారు. వారి రాజ్యాన్నే కోల్పోయారు. అడవుల పాలై కష్టాలు అనుభవించారు. చివరకు అజ్ఞాతవాసంలో మహారాజులై వుండి కూడా ఒకచోట సేవకుల వలె జీవించారు. వారి భార్య అయిన ద్రౌపది అవమానం పాలు కావలసి వచ్చింది. కానీ ధర్మానికి కట్టుబడి వుండటం వల్ల చివరకు యుద్ధంలో విజయం సాధించగలిగారు. తమ అర్ధ రాజ్యమే కాదు. మొత్తం రాజ్యాన్నే పొందగలిగారు. అంటే దేవుడు చెప్పిన ధర్మాన్ని అనుసరించే వారు మొదట్లో కష్టాల పాలైనట్లు కనిపించినా, లక్ష్య పెట్టక

ధర్మాన్నే అనుసరిస్తే చివరకు విజేతలవుతారు. లాభం పొందుతారనే మహాభారతం యొక్క సందేశం.

అలాగే ఆత్మను అంటే దైవాన్ని లక్ష్యపెట్టని కౌరవులు అధర్మాన్ని ఆశ్రయించారు. మొదట్లో తాత్కాలికంగా లాభం పొందినట్లు కనిపించినా అంటే పాండవుల ఆస్థిని, రాజ్యాన్ని సంపాదించినట్లు కనిపించినా చివరకు మొత్తం రాజ్యాన్ని కోల్పోవడమే కాదు. అంతా సర్వనాశనం అయ్యారు. దీనికంతటికీ కారణం అధర్మాన్ని ఆశ్రయించడమే. అంటే ఆత్మను అంటే దైవాన్ని వినకపోవడమే. ఆత్మ చేసే సూచనలను, హెచ్చరికలను పాటించకపోవడమే.

అందుచేత తెలుసుకోండి. దేవుడు ఎప్పుడూ వరాలు ఇస్తూనే వుంటాడు. కానీ అడ్డుపడేది పూజారి మాత్రమే. అంటే మనస్సు మాత్రమే. గుర్తుంచుకోండి మనస్సు అడ్డులేకపోతే దేవుడు నిరాఘాటంగా వరాలు ఇస్తూనే వుంటాడు. మధ్యలో మనస్సుదే శైంధవ పాత్ర. అందుచేత మనస్సు అడ్డు తొలగించుకోవాలి. మరి అటువంటి మనస్సు అడ్డు తొలగించాలంటే ఒక్కటే మార్గం అదే "శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం". ఎవరైతే ధ్యానం రోజూ చేస్తారో! వారిలో మనస్సు యొక్క ప్రభావం తగ్గిపోతూ వుంటుంది, ఆత్మ ప్రాముఖ్యం పెరుగుతూ వుంటుంది. అప్పుడు వారు మనస్సును, అంటే అడ్డు తగిలే పూజారిని లక్ష్య పెట్టరు. ఆత్మను అంటే దేవుడ్ని అనుసరిస్తారు. జీవితంలో అన్నీ లాభాలే పొందుతారు.

తెలుసుకోండి. ధ్యానం చేసే వారికి పూజారి అడ్డు రాడు. ధ్యానం చెయ్యని వారికే మనస్సు అంటే పూజారి అడ్డు తగులుతూ వుంటాడు. అందుచేత ధ్యానం చెయ్యండి. దేవుని వరాలు పొందండి.

ఈ మనస్సునే 'తెర' అని కూడా అంటారు. ఈ తెర దేహానికి ఆత్మకు (భగవంతుడికి) మధ్య వుంది కాబట్టి మానవుడు ఇన్ని పాపాలు చేస్తున్నాడు. అ తెరే తొలగిపోతే పాపాలు చెయ్యడు, చెయ్యలేడు. తెర యొక్క దళసరిని బట్టి చేసే పాపాలు వుంటాయి. అందుచేత పాపాలు చేయకూడదంటే తెర తొలగాలి. మనస్సు శూన్యమవ్వాలి, శుద్ధమవ్వాలి, అంటే ధ్యానం చెయ్యాలి.

ఒకే గదిలో తెర వుంటే ఎన్ని రకాల పనులైనా చేస్తారు. బట్టలు మార్చుకుంటారు, సంభోగిస్తారు, ఎన్ని తప్పులైనా చేస్తారు. తెర లేకపోతే ఈ పనులు చెయ్యలేరు కదా? అన్నిటికీ తెరే కారణం.

గుళ్ళో కూడా విగ్రహం ఎదురుగా వుంటే పవిత్రంగా వుంటారు. కొంచెం పక్కకు వెళ్ళినా, తెర వేసినా, తలుపు వేసినా వారి పనులు అలా వుండవు. అంటే అన్నిటికీ తెరే కారణం. తెర అడ్డు తొలగించుకునే మార్గం ధ్యానం ఒక్కటే. అందుచేత ధ్యానం చెయ్యండి. 'పూజారి' అడ్డు తొలగించుకోండి.

సైతాన్‌కు బానిసకాకండి

హిందువులు రావణ దహన కార్యక్రమం చేస్తారు. పెద్ద రావణాసురుడి బొమ్మను బాణాసంచాతో నాశనం చేస్తారు. పండగ చేసుకుని ఆనందిస్తారు. కానీ యీ కార్యక్రమం యొక్క అంతరార్థం తెలుసుకోరు.

అసలు రావణాసురుడు అంటే ఎవరు? రాక్షసుడు అంటాం? ఎందుకు దహనం చేస్తారు? అంటే రాక్షసుడు కాబట్టి అంటారు. ఎందుకు నాశనం చెయ్యాలి? అంటే దుష్టుడు కాబట్టి అంటారు. మరి రావణాసురుడు ఎక్కడున్నాడు? రామాయణ కాలంలోనే వున్నాడా? కాదు అన్ని కాలాల్లోనూ వున్నాడు. కారణం ఎవరికైతే రాక్షస గుణాలు వుంటాయో వాడే రావణాసురుడు. అలాగే ఎవరికయితే దేవతా గుణాలు వుంటాయో వాడే రాముడు. దుష్ట గుణాలే రాక్షసుడు. కారణం ఆ గుణాలు వున్నవాడే అలా ప్రవర్తిస్తాడు. రాక్షసుడు చనిపోవాలంటే ప్రతీ ఒక్కరిలోని రాక్షస గుణాలు పోవాలి. రావణాసురుడి బొమ్మను కాలుస్తే రాక్షస గుణాలు చావవు, పోవు. దానికి మార్గం శాకాహారం, ధ్యానం మాత్రమే.

అలాగే హజ్ యాత్రలో ముస్లింలు మక్కాలో సైతాన్‌ను రాళ్ళతో కొట్టే కార్యక్రమం జరుపుకుంటారు. దీని అర్థం మీలోనున్న సైతానును తరిమివేయండి, అంటే మీలోని చెడు గుణాలు తొలగించుకోండి అని చెప్పడమే ఆ ఆచారం యొక్క అర్థం.

అలా సైతానును రాళ్ళతో కొట్టి సైతాన్‌ను తరిమేశాం, పోయింది అనుకుంటారు. కానీ సైతాను పోయిందా? రాళ్ళతో కొడితే పోతుందా? అసలు సైతాను అంటే ఎవరు? సైతాను ఎక్కడ వుంది? సైతాను ఎందుకు పోవాలి? సైతాను ఎలా పోతుంది? అన్న విషయాలు ఆలోచించరు. కానీ ఆలోచించాలి.

సైతాను అంటే ప్రతీ ఒక్కరిలో వున్నటువంటి దుష్టగుణాలు, రాక్షస గుణాలు మాత్రమే. దీనినే ఖురాన్‌లో "నఫ్సుల్ అమ్మారా" అంటారు. అంటే "దుష్ట మనస్సు" అని అర్థం. అంటే చెడు గుణాలు వున్న దుష్ట మనస్సు అని అర్థం. మీలో వున్న రాక్షసుణ్ణి అంటే రాక్షస గుణాలను నాశనం చెయ్యండని చెప్పడమే ఈ ఆచారం యొక్క అర్థం. అటువంటి మనస్సు వారిని చేయకూడని పనులు చేయిస్తుంది. సృష్టి విరుద్ధంగా ప్రవర్తింపచేస్తుంది. భగవంతుని ఆశయాలకు వ్యతిరేకంగా జీవింపచేస్తుంది. తద్వారా జీవితంలో సమస్యలు, కష్టాలు, బాధలు అనుభవిస్తూ వుంటారు. అలా అనుభవిస్తూ ఇదంతా సైతాను వల్లే వస్తున్నాయనుకుంటారు. సైతానే వీటన్నిటికి కారణం అనుకుంటారు. అలా అనుకుంటూ సైతానును రాళ్ళతో

కొట్టి తరిమేశాం అనుకుంటారు. అంతకన్నా ఆలోచించరు.

మరి సైతాను లాంటి రాక్షస గుణాలు పోవాలంటే బయట సైతాను బొమ్మను రాళ్ళతో కొడితే సరిపోదు. బొమ్మను కొట్టినంత మాత్రాన గుణాలు పోవు. సైతాను గుణాలు పోవాలంటే మృతాహారం మానాలి. ధ్యానం చెయ్యాలి. అపుడే సైతాను పీడ విరగడవుతుంది, తొలగిపోతుంది.

అందుచేత రాక్షసుడెవరో? సైతాను ఎవరో? తెలుసుకోవాలి. వారి వల్ల ఎలా పీడింపబడుతున్నారో తెలుసుకోవాలి. అలాంటి వాళ్ళు లోకాన్ని పీడిస్తూ వుంటారు, నరకాన్ని సృష్టిస్తారు. ఏ జంతువును సుఖంగా బ్రతకనివ్వరు. ఏ ప్రాణిని స్వేచ్ఛగా సంచరించనివ్వరు. హింస చేస్తారు. అలాంటి పనులు దుష్ట గుణాలు వున్నవారే చేస్తారు, అలా ప్రవర్తిస్తారు. అందుచేత కొట్టవలసింది, చంపవలసింది దుష్ట గుణాలను మాత్రమే.

మరి ఎలా? అంటే ఆ మార్గమే ధ్యానం. ధ్యానం చేస్తే మనస్సు శుద్ధమవుతుంది. మనస్సులోని చెడు గుణాలు పోతాయి. దుష్టత్వం పోతుంది. ఎలాంటి వారైనా మంచిగా మారతారు. మంచి పనులు చేస్తారు. అందుచేత "ధ్యానమే సైతానును తరిమివేసే మార్గమని తెలుసుకోండి".

అందుచేత సైతానుకు బానిస కాకండి. మీకు మీరు బానిస అవ్వండి. రావణాసురుడి బొమ్మను దహనం చేసినా, సైతానును రాళ్ళతో కొట్టినా మీరు స్వతంత్రులు కాలేరు. సైతాను మిమ్మల్ని వదలడు. ధ్యానం చేస్తేనే మీరు స్వతంత్రులు కాగలరు. అంతేకానీ సైతాను అంటే ఒక స్తంభం కాదు, రావణాసురుడి బొమ్మ కాదు. సైతాను అంటే "దుష్ట మనస్సు".

ఆ దుష్ట మనస్సునే ముస్లింలు, క్రిష్టియన్లు సైతాను అంటారు. బౌద్ధులు మారుడు అంటారు. హిందువులు మాయ అంటారు. అందుచేత సైతాను ప్రభావంలో వున్నారన్నా, మారుడి ప్రభావంలో వున్నారన్నా, మాయలో పడిపోయారన్నా ఒక్కటే.

అందుకే శృతులలో ఈ విధంగా చెప్పబడింది.

"మనుష్యాణాం మనయేవ కారణం భంధ, మోక్షం!"

అంటే మానవుల బంధానికి అంటే దుఃఖానికి; మోక్షానికి అంటే ఆనందానికి మనసే కారణం.

సమాజమంతా మాయా ప్రభావంలో వున్నారు. సైతాను ప్రభావంలో వున్నారు. సైతాను స్వార్థపూరితమైనది. మోసపూరితమైనది. అందుచేత సైతానుకు అంటే మనస్సుకు బానిస కాకూడదు. మనస్సు చెప్పినట్లు చెయ్యకూడదు. మనస్సును అదుపులో వుంచుకోవాలి. దానికి సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి. ధ్యానం చెయ్యాలి. వేరే మార్గం లేదు.

తలలోని మురికి కాదు తలపులలోని మురికి వదిలించాలి

అంతా గుడికి వెళ్ళడమంటే దేవుని దగ్గరకు వెళ్ళడమని భావిస్తూ తలస్నానం చేస్తారు. ఒంటిని సబ్బుతో శుభ్రం చేసుకుంటారు. బట్టలు మార్చుకుంటారు. దేవుని దగ్గరకు వెళ్ళేటపుడు అలా చేస్తే పవిత్రంగా వెళ్ళినట్టు భావిస్తారు. అదే దేవునికి ఇష్టమని, అలా చేస్తే దేవుడు ఇష్టపడతాడని భావిస్తారు.

కానీ "భగవంతునికి తలకాదు, తలపులు ముఖ్యమని" తెలుసుకోవాలి. "భగవంతుడు బాహ్య ప్రియుడు కాదు, భావప్రియుడు" అని తెలుసుకోవాలి. అందుచేత "తలలోని మురికి కాదు, తలపులలోని మురికి తొలగించుకోవాలి". భగవంతునికి "బాహ్య శుద్ధి కాదు, అంతర్‌శుద్ధి ముఖ్యమని" అంటే శరీరానికున్న మురికి కాదు మనస్సులోని మురికి పోగొట్టుకోవాలని తెలుసుకోవాలి.

అందుకే సత్యసాయిబాబా వారు "గుడ్డలు కాదు మార్చవలసింది గుణాలు మార్చుకోవాలంటారు". అలాగే పత్రీజీ కూడా "తలలు కాదు బోడి చేయవలసింది తలపులు బోడి చెయ్యాలని చెపుతారు".

దేవుని దగ్గరకు వెళ్ళాలంటే ఇది చాలా ముఖ్యం. కారణం అలా చేసిన వారే దేవునికి ఇష్టులు కాగలరు, దేవుని చేరగలరు, వారి జీవితం ధన్యం చేసుకోగలరు. మరి తలపులలోని మురికి పోవాలంటే ఏం చెయ్యాలి? దానికి ధ్యానం ఒక్కటే మార్గం.

ఎందుచేతనంటే తలపులు అంటే ఆలోచనలు శుద్ధంగా వుంటే, అంటే మంచిగా వుంటే, ఎవరికి చెడు చెయ్యరు. అంతా మంచే చేస్తారు. కారణం చెడు తలపులు వున్నవారే చెడు చేస్తారు, మంచి తలపులు అంటే ఆలోచనలు వున్నవారు మంచే చేస్తారు.

అలాగే అంతర్‌శుద్ధి వున్నవారు పవిత్రంగా జీవిస్తారు. తమ గురించే ఆలోచిస్తారు, ఇతరుల గురించి ఆలోచించరు. అంటే ఇతరుల దోషాలు చూడరు, తమ దోషాలు చూసుకుంటారు. ఇతరులు సరిగ్గా లేరు అనరు తాను సరిగ్గా వున్నానా? లేదా? అని ఆలోచిస్తారు. ఇతరుల ప్రవర్తన గురించి చూడరు, తన ప్రవర్తన గురించి చూసుకుంటారు. ఎంతసేపూ తాము పవిత్రంగా జీవిస్తారు.

అలాగే గుడ్డలు కాకుండా గుణాలు మార్చుకున్నవారు అంటే మంచి గుణాలు వున్నవారు మంచి పనులు చేస్తారు. అందరికీ, లోకానికి మంచి చేస్తారు. ఎవరికీ

హాని చెయ్యరు. ఆఖరికి సాటి జీవులను, జంతువులను కూడా చంపరు, హింసించరు. వాటి మాంసాన్ని తినరు. అందరినీ, అన్నిటినీ శాంతిగా జీవించనిస్తారు. ఆనందం కలిగిస్తారు. తద్వారా భగవంతునికి ఆనందం కలిగించిన వారవుతారు. అందుచేత గుణాలు మార్చుకోవడం ముఖ్యమని తెలుసుకోవాలి.

అలాగే తలబోడి చేసుకోవడం కంటే తలపులు బోడి చేసుకున్నవారు అంటే ఏ ఆలోచనలు లేనివారు, అంటే మనస్సును శూన్యం చేసుకున్నవారికి ప్రాపంచిక ఆలోచనలు వుండవు, వ్యామోహాలు వుండవు, నేను అనే అహంకారం వుండదు, నాది అనే మమకారం వుండదు. అంటే నేను ధనవంతుణ్ణి, పెద్ద ఉద్యోగిని, రాజును, ఎమ్మెల్యేను, నేను పండితుణ్ణి అనేటటువంటి అహంకారం కానీ, నా ఇల్లు, నా భార్య, నా ఆస్తులు, నా కారు, నా పిల్లలు అన్న మమకారం కానీ వుండవు. అలా తలపులు బోడి అయినవారు ఏ కోరికలు కోరరు, ఏ ఆశలు వుండవు, వున్నదానితో తృప్తిగా జీవిస్తారు. అలా తృప్తి వున్నవారు ఆశించరు, తీసుకోరు, ఇస్తారు. సృష్టి ధర్మాలు పాటిస్తారు.

అంతేకాదు తలపులు బోడి చేసుకున్నవారు అతీంద్రియ జ్ఞానం, అతీంద్రియ శక్తులు పొందుతారు. చివరకు భగవంతుని చేరతారు. జీవితాన్ని ధన్యం చేసుకుంటారు. అందుచేత **"తలకు కాదు ప్రాముఖ్యం ఇవ్వవలసింది, తలలోని తలపులకు ప్రాముఖ్యం ఇవ్వండి"**, తలపులు శుద్ధి చెయ్యండి, తలపులు బోడి చెయ్యండి.

అలా చెయ్యాలంటే గుడికి వెళ్ళి కోరికలు కోరి రావడం కాదు ఆ గుళ్ళోనే కూర్చుని ధ్యానం చేస్తే చాలు మీ జీవితం మారిపోతుంది. ధన్యమవుతుంది.

యోగులంతా చెప్పిందీ ధ్యానమే - చేసిందీ ధ్యానమే



ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస

దేవుళ్ళు - రూపాలు

చాలా మంది దేవుళ్ళను ఆరాధిస్తారు కానీ ఆ దేవుడి గురించి తెలుసుకోరు. తమ జీవితంలో దేవుళ్ళను ఆరాధించడానికి గంటలే కాదు. లెక్కిస్తే రోజులు, నెలలే కాదు. సంవత్సరాలు కూడా కేటాయించిన వారున్నారు. కానీ ఆ దేవుని గురించి తెలుసుకోవడానికి వారి జీవితంలో ఒక్క గంట కూడా కేటాయించరు. కానీ దేవుని గురించి తెలుసుకోకుండా చేసే ఆరాధనలన్నీ వ్యర్థమవుతాయి. నిరర్థకమవుతాయని తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. అందుచేత ముందు మనం ఆ దేవుని గురించి తెలుసుకుందాం.

దేవుని గురించి తెలుసుకోవాలంటే! అసలు ఆయనకు ఎన్ని రూపాలు వున్నాయి? ఏ రూపాన్ని ఆశ్రయించాలి? ఏ రూపాన్ని ఆశ్రయిస్తే ఏ ఏ ఫలితాలు వస్తాయి? అన్నవి తప్పకుండా తెలుసుకోవాలి. ఇది చాలా ముఖ్యం. అందుచేత ముందు దేవునికి ఎన్ని రూపాలు వున్నాయో తెలుసుకుందాం.

దేవుళ్ళకు నాలుగు రకాల రూపాలు వున్నాయి.

అవి (1) సత్యరూపము, (2) అసత్యరూపము, (3) ప్రతి రూపము, (4) ఊహా రూపము.

ముఖ్యంగా సత్యరూపము గురించి అసత్య రూపం గురించి తెలుసుకుందాం. అలాగే సత్య రూపాన్ని ఆశ్రయిస్తే వచ్చే లాభాలు, అసత్య రూపాన్ని ఆశ్రయిస్తే వచ్చే లాభాల గురించి కూడా తెలుసుకుందాం.

"సత్య రూపము"

దేవుళ్ళ సత్య రూపం గురించి తెలుసుకోవాలంటే ముందు సత్యమంటే ఏమిటో తెలుసుకోవాలి.

మరి ఏది సత్యం? — నిత్యమైనదే సత్యం.
ఏది నిత్యమైనది ? — శాశ్వతమైనది.
ఏది శాశ్వతమైనది ? — ఎప్పుడూ వుండేది.
ఏది ఎప్పుడూ వుంటుది ? — మార్పు చెందనిది.
ఏది మార్పు చెందనిది? — కాలం మారినా, యుగాలు మరినా మార్పు చెందనిది.
అటువంటిది ఏది? — అది ఒక్కటే ఒక్కటి అదే 'ఆత్మ' అదే దైవం.

ఈ సృష్టిలో ఆత్మకే పై లక్షణాలన్నీ వున్నాయి. సృష్టిలో ఇక దేనికీ ఆ లక్షణాలు లేవు. అందుచేత 'ఆత్మే' సత్యం. అందుచేత దేవుని యొక్క సత్యరూపం 'ఆత్మ' అని తెలుసుకోవాలి.

"అసత్య రూపము"

దేవుని అసత్యరూపం తెలియాలంటే ముందు అసత్యమంటే ఏమిటో తెలుసు కోవాలి. సత్యము కానిది అసత్యము. అంటే దేనికైతే సత్య లక్షణాలు వుండవో దానిని అసత్యం అంటారు.

మరి సత్యము కానిది ఏది? అంటే ఏది నిత్యము కాదో! అంటే శాశ్వతము కాదో! ఎప్పుడూ వుండదో! అంటే ప్రస్తుతం వుండి తరువాత వుండదో! అదే అసత్యము. మరి దేవుళ్ళకు అలా ఎప్పుడూ శాశ్వతంగా వుండని రూపం ఏది? అంటే అది వారి 'దేహము'. అంటే మనకు కనిపించే మనం చూడగలిగే దేహమే దేవుళ్ళ యొక్క 'అసత్య రూపము'.

గుర్తుంచుకోండి దేవుళ్ళు అసత్యమైన వారు కాదు. వారు ఒకప్పుడు వుండి ఇంకొకప్పుడు లేకుండా వుండరు. వారు ఎప్పుడూ వుండేవారు. అందుచేత అసత్యరూపమైన దేహం వారు కాదు. కారణం దేవుళ్ళందరూ శాశ్వతమైనవారు వారికి చావు, పుట్టుకలు లేవు. వారు అంతకు ముందూ వున్నారు. దేహం ధరించినపుడు వున్నారు. దేహం వదిలిన తరువాత కూడా వున్నారు. అలా వుండే రూపమే 'ఆత్మ'. అందుచేత దేవుని యొక్క సత్యరూపమైన 'ఆత్మ' ధరించిన తాత్కాలిక అసత్య రూపమే 'దేహం'. మరి వీరంతా అసత్య రూపమైన దేహాన్ని ఎందుకు ధరించారు? ఆ విషయం గీతలోనే చెప్పబడింది. ఈ క్రింది శ్లోకం చూద్దాం.

శ్లో॥ పరిత్రాణాయ సాధూనాం వినాశాయ చ దుష్కృతామ్ ।
ధర్మ సంస్థాపనార్థాయ సంభవామి యుగేయుగే ॥ (భ.గీ.4-8)

తా:- సాధు సజ్జనులను సంరక్షించడానికి, దుష్టులను వినాశనము చేయటానికి, ధర్మాన్ని స్థాపించటానికి నేను ప్రతి యుగమున జన్మించుచున్నాను.

వారు లోక కళ్యాణం కొరకు లోకంలో ధర్మాన్ని స్థాపించడానికి అలా అసత్యమైన దేహాన్ని ధరించి దేహధారులయ్యారు. భూమి మీద తాము చెయ్యవలసిన కార్యం పూర్తి కాగానే దేహాన్ని వదిలేస్తారు. అంతే తప్ప వారికి చావు లేదు. దేహాన్ని వదిలినా వారు ఇంకా వున్నట్టే. అందుచేత తెలుసుకోండి దేహమన్నది వారు లోక కళ్యాణం కోసం తాత్కాలికంగా ధరించిన అశాశ్వత రూపం మాత్రమే.

వారు వారి 'అశాశ్వత రూపం'తో లోకంలో కొంతకాలం సంచరించి లోకులకు, లోకంలోని వారికి కొన్ని బోధలు చేసి లోకాన్ని వీడుతారు. కానీ లోకమంతా ఆ 'అశాశ్వత రూపమే' వారు అనుకుంటారు. కానీ అది వారి తాత్కాలిక 'అసత్య రూపం' మాత్రమే. ఒక రకంగా అది వారు కాదు. కారణం అది వుండదు కనుక. వారి అశాశ్వత 'అసత్య రూపాన్ని' అంటే దేహాన్ని ఆశ్రయించాలంటే ఆ రూపం అంటే దేహం భూమి మీద వున్నపుడే సాధ్యం తప్ప ఇక ఎప్పుడూ సాధ్యంకాదు.

ముఖ్యంగా దేవుని 'సత్యరూపాన్ని' అంటే ఆత్మను ఎలా ఆశ్రయించాలి? అలా ఆశ్రయిస్తే వచ్చే లాభాలేమిటి? అన్నది తెలుసుకుందాం. అలాగే ఆ దేవుని

యొక్క 'అసత్యరూపాన్ని' ఆశ్రయించగలిగే అవకాశం వున్నప్పుడు అంటే దేహం వున్నప్పుడు ఆయన్ను ఆశ్రయిస్తే వచ్చే లాభాలేమిటో తెలుసుకుందాం.

దేవుని అసత్య రూపం అంటే 'దేహాన్ని' ఆశ్రయిస్తే వచ్చే లాభాలు	దేవుని సత్య రూపం అంటే 'ఆత్మ'ను ఆశ్రయిస్తే వచ్చే లాభాలు
1) అన్ని సమస్యలకు పరిష్కార మార్గం లభిస్తుంది.	1) అన్ని సమస్యలకు పరిష్కారం లభిస్తుంది.
2) శాంతిని పొందే మార్గం లభిస్తుంది.	2) శాంతే లభిస్తుంది.
3) జ్ఞానం తెలుస్తుంది.	3) జ్ఞానం అనుభవంలోకి వస్తుంది.
4) ధర్మం గురించి తెలుస్తుంది.	4) ధర్మాచరణ వస్తుంది.
5) అరిషడ్ వర్గాలైన కామము(కోరికలు), క్రోధము (కోపము), లోభము (పిసి నారితనము), మోహము (అతి వ్యామోహము), మదము (గర్వము), మాత్సర్యము (అసూయ) అదుపులో వుంచుకోవాలని తెలుస్తుంది.	5) అరిషడ్ వర్గాలను అదుపులో వుంచుకుంటాడు.
6) చేయకూడని పనులు, చేయవలసిన పనులు గురించి తెలుస్తుంది.	6) చేయకూడని పనులు చెయ్యరు. చేయవలసిన పనులే చేస్తారు.
7) త్రికరణ శుద్ధి పాటించాలని తెలుస్తుంది.	7) త్రికరణ శుద్ధిగా జీవిస్తారు.
8) అందరినీ సమానంగా చూడాలని తెలుస్తుంది. అన్ని జీవులతో స్నేహం చెయ్యాలని తెలుస్తుంది.	8) అందరి పట్ల సమానంగా వ్యవహరిస్తారు. అన్ని జీవులతో స్నేహం చేస్తారు.
9) అన్ని పరిస్థితుల్లో సమంగా వుండాలని తెలుస్తుంది.	9) అన్ని పరిస్థితులలో అంటే శీతోష్ణాల లో, సుఖ దుఃఖాలలో, మానావమా నాలలో, గెలుపు ఓటములలో సమం గా వుంటారు, జీవిస్తారు.
10) ఆనందం పొందే మార్గం తెలుస్తుంది.	10) ఆనందం లభిస్తుంది.
11) అందరిమీద, అన్నిటి మీద దయ, జాలి, కరుణ చూపించాలని తెలుస్తుంది.	11) అందరి మీద అన్నిటి మీద దయ, జాలి, కరుణ చూపిస్తారు.
12) ప్రేమించాలని తెలుస్తుంది	12) ప్రేమ సహజగుణమవుతుంది.
13) అహింస పాటించాలని తెలుస్తుంది.	13) అహింసను పాటిస్తారు.
14) వర్తమానంలో జీవించాలని తెలుస్తుంది.	14) వర్తమానంలో జీవిస్తారు.
15) ఎరుకతో మాట్లాడాలని తెలుస్తుంది.	15) ఎరుకతో మాట్లాడతారు.

ఒక రకంగా చెప్పాలంటే అసత్య రూపమైన దేహాన్ని ఆశ్రయించిన వారికి ముక్తి మార్గం అంటే దుఃఖ నివారణా మార్గం తెలుస్తుంది కానీ సత్యరూపమైన ఆత్మను ఆశ్రయించిన వారికి ముక్తే లభిస్తుంది. అంటే దుఃఖం పూర్తిగా నివారణ అవుతుంది. అంటే దుఃఖం నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడతారు.

దీనిని బట్టి ఎవరైనా సరే ఆశ్రయించవలసింది దేవుళ్ళ యొక్క సత్య రూపాన్ని మాత్రమేనని తెలుసుకోవాలి. మరి వారి యొక్క సత్యరూపాన్ని అంటే 'ఆత్మ'ను ఆశ్రయించే మార్గమే 'ధ్యానం' అంటే ఎవరైతే 'ధ్యానం' చేస్తారో వారు వారికిష్టమైన దైవాన్ని ఆశ్రయించిన వారు అవుతారు. అంటే నిజమైన ఆరాధన చేసిన వారవుతారు. అందుచేత ధ్యానం ఒక్కటే దైవాన్ని ఆశ్రయించే సత్య మార్గమని తెలుసుకోవాలి.

తెలుసుకోండి దైవం యొక్క అసత్యరూపం అంటే దేహాన్ని ఆశ్రయించాలంటే వారు దేహంతో భూమి మీద వున్నప్పుడు, సంచరించేటప్పుడు మాత్రమే సాధ్యమవుతుంది. వారు దేహం వదిలిన తరువాత వారి అసత్యరూపాన్ని ఆశ్రయించడం ఎవరికైనా అసాధ్యం. కానీ వారి సత్య రూపాన్ని అంటే ఆత్మను ఎప్పుడైనా అంటే వారి దేహం వున్నప్పుడైనా, దేహం వదిలిన తరువాతనైనా ఆశ్రయించవచ్చు. సమస్త లాభాలు పొందవచ్చు.

గుర్తుంచుకోండి. వారి సత్య రూపాన్ని కనుక మీరు ఆశ్రయిస్తే చాలు. అంటే ధ్యానం చేస్తే చాలు అన్నీ మీకే తెలుస్తాయి. అన్నీ ఆయనే చూసుకుంటాడు. మిమ్మల్ని ఆయన వైపు ఆయనే నడిపించుకుంటాడు. గీతలో ఈ శ్లోకం చూడండి.

శ్లో॥ అనన్యాశ్చింతయన్తోమాం యే జనాః పర్యుపాసతే ।
తేషాం నిత్యాభియుక్తానాం యోగక్షేమం వహామ్యహమ్ ॥ (భ.గీ.9-22)

తా:- నిష్కాములు, సమ్యగ్దర్శులు అగు ఏ జనులు పరమేశ్వరుడనగు నన్ను ఆత్మరూపముగ భావించుచు ఉపాసించుచున్నారో, ఎల్లప్పుడు అట్టి భావనతోనే వుండు వారి యొక్క యోగక్షేమములు నేను వహించుచున్నాను.

ఈ విషయమే షిరిడీ బాబా కూడా చెప్పారు. సాయి సచ్చరిత్ర 3వ అధ్యాయంలో 27వ పేజీలో బాబా ఇలా చెప్పాడు. "ఎవరైతే తమ దృష్టిని నా ఆత్మ వైపు తిప్పెదరో వారికి హాని గాని, బాధ కానీ కలుగదు. నన్ను (ఆత్మను) మరచిన వానిని మాయ శిక్షించును.

దీనిని బట్టి చూస్తే ఎవరయితే దేవుని యొక్క సత్యరూపమైన ఆత్మ మీద దృష్టి వుంచితే చాలు వారి యోగ క్షేమాలన్నీ ఆ దేవుడే చూసుకుంటాడని మనం తెలుసుకోవచ్చు.

"ప్రతి రూపము"

కానీ ప్రస్తుతం లోకంలో చాలా మంది వారికి ఇష్టమైన దేవుళ్ళ యొక్క 'సత్య రూపాన్ని' ఆశ్రయించడం లేదు. కారణం దేవుని యొక్క సత్యరూపం అయిన 'ఆత్మ' వారి కంటికి కనిపించదు. చెవులతో తెలుసుకునేది కాదు. చర్మంతో స్పర్శించేది

కాదు. ఒక రకంగా చెప్పాలంటే మానవ ఇంద్రియాలతో దేవుని యొక్క 'సత్యరూపాన్ని' ఎవరూ తెలుసుకోలేరు. అందుచేత 'ఆత్మే' దైవమని ఎవరికి తెలియదు. ఒకవేళ తెలిసినా 'ఆత్మను' ఎలా ఆశ్రయించాలో అసలే తెలియదు. అంతేకాదు దైవం యొక్క అసత్యరూపమైన 'దేహం' కూడా ఆ దేవుళ్ళు త్యజించడం వల్ల ఆ దేవుళ్ళను ఆశ్రయించడం వారికి సాధ్యం కాదు. అందుచేత లోకంలో వారికిష్టమైన దైవం యొక్క అసత్యరూపమైన 'దేహానికి' ప్రతిగా మరొక రూపాన్ని వారే తయారు చేసుకుంటున్నారు. అంటే విగ్రహంగా కానీ ఫోటోగా కానీ తయారు చేసుకుని ఆ ప్రతి రూపాన్ని ఆశ్రయిస్తున్నారు అంటే ఆరాధిస్తున్నారు.

ఆ ప్రతిరూపమే అంటే ఆ విగ్రహమే, ఆ ఫోటోనే దైవమనుకుంటున్నారు. ఆ ప్రతిరూపమే వారి రూపమనుకుంటున్నారు. ఆ ప్రతిరూపాన్నే పూజిస్తున్నారు. ఆ ప్రతిరూపాన్ని వుంచుకునే భజనలు చేస్తున్నారు. హారతులిస్తున్నారు. కోరికలు కోరుతున్నారు. కష్టాలు చెప్పుకుంటున్నారు. అన్నీ ఆయనే చూసుకుంటాడను కుంటున్నారు. అలా తమ భారమంతా ఆ ప్రతిరూపంపైనే అంటే విగ్రహంపైనే వుంచుతారు.

కానీ ఆలోచించండి. రూపాన్ని ఆశ్రయించినపుడు కలిగే ఫలితం ప్రతి రూపాన్ని ఆశ్రయిస్తే కలుగుతుందా? ఆ దేవునికి రూపం వున్నప్పుడు అంటే దేహం వున్నపుడు ఆశ్రయించిన అనుభూతి, అలాంటి అనుభవం ప్రతిరూపమైన విగ్రహాన్ని ఆశ్రయిస్తే పొందగలరా? పొందలేరు కదా? అందుచేత అసలు రూపానికి, ప్రతి రూపానికి వున్న తేడా! ఆశ్రయించినపుడు కలిగే అనుభవాలు గురించి తెలుసుకుందాం.

అసలు రూపం అంటే దేహం ఒక్కటే వుంటుంది. కానీ ప్రతి రూపాలు అనేకం వుంటాయి. అవే విగ్రహాలు, బొమ్మలు, ఫోటోలు. దేవునికి ఒక్కటే రూపం వుండటానికి కారణం ఆ దేవుని తల్లి ఒక్క బిడ్డనే కన్నది. అలాగే ఆ తల్లి అదే రూపంతో మరొక బిడ్డను కనలేదు.

అందుచేత తెలుసుకోండి దేహం వదలిన ఏ దేవునికి ప్రస్తుతం అసలు రూపం లేదు. కారణం వారు ఆ రూపాన్ని ఎప్పుడో వదిలివేశారు. అనేకం వున్నాయంటే అవన్నీ మానవులు తయారు చేసినవే. అందుచేత అసలు రూపమైన దేహానికి ప్రతి రూపమైన విగ్రహానికి వున్న తేడా ఒక్కసారి చూద్దాం.

	దేవుని రూపం (దేహం)		దేవుని ప్రతి రూపం (విగ్రహం)
1)	కదులుతుంది, మాట్లాడుతుంది.	1)	కదలలేదు, మాట్లాడలేదు.
2)	స్పందిస్తుంది, సందేశాలు ఇస్తుంది.	2)	స్పందించదు, సందేశాలు ఇవ్వలేదు.
3)	మంచి చెడులు చెపుతుంది.	3)	ఏమీ చెప్పదు.
4)	తప్పులు, పొరపాటు చేసినా వెంటనే ఖండిస్తుంది.	4)	ఏం చేసినా మాట్లాడదు.
5)	మాటలో తేడా వచ్చినా, అపసవ్యమైన మాట మాట్లాడినా మందలిస్తుంది. ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తుంది.	5)	ఏం చేసినా మాట్లాడదు. ఆగ్రహం వ్యక్తం చేయదు.

6) ఏం ఇచ్చినా తీసుకుని వేరొకరికి పంచుతుంది.	6) ఏం ఇచ్చినా తీసుకోదు, ఇచ్చిన వారే దానిని తిరిగి తీసుకోవాలి.
7) జ్ఞానాన్ని, ధర్మాన్ని బోధిస్తుంది.	7) ఏమీ బోధించదు.
8) చేసిన పని నచ్చకపోతే ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తుంది. సృష్టి విరుద్ధంగా వుంటే దండిస్తుంది.	8) ఏమీ మాట్లాడదు. ఏదండనా వుండదు.
9) సమయాన్ని బట్టి, సందర్భాన్ని బట్టి స్పందిస్తుంది.	9) ఎవరు ఏం చేసినా మాట్లాడదు, స్పందించదు.
10) ముక్తిమార్గం బోధిస్తుంది.	10) ఏ బోధా చెయ్యదు.
11) అసలు	11) డూప్లికేట్

అలా దేహంతో వున్న దేవుని రూపానికి దేహం వదిలిన తరువాత మానవులు తయారు చేసిన ప్రతి రూపానికి అంటే విగ్రహానికి ఎన్నో భేధాలు మనం చూడవచ్చు. ప్రతిరూపమైన విగ్రహం ఏమీ మాట్లాడదు. మనం ఏం చేసినా కాదనదు. ఏం చెప్పినా ఓపికగా వింటుంది. అన్నిటికీ చెయ్యి అలాగే వుంచి అభయమిస్తుంది. ఎంతసేపు మాట్లాడినా విసుగు చెందదు. మీరు ఏ సమయంలో అంటే తెల్లవారు జామున కానీ, ఉదయం కానీ, మధ్యాహ్నం కానీ, రాత్రి కానీ లేదా అర్ధరాత్రి కానీ ఎప్పుడు పూజిస్తానన్నా, భజన చేస్తానన్నా, ఎవరు ఎలా చేసినా కాదనదు. అన్ని ఓపిగ్గా చేయించుకుంటుంది. ఎవరు ఏది ఇచ్చినా తీసుకోకుండా తిరిగి ఇచ్చేస్తుంది.

గమనిస్తే దేవుని ప్రతిరూపం అంటే విగ్రహం మానవులకు నచ్చినట్టుగా, మానవులకు ఇష్టమైన రీతిలో వుంటుంది. ఇదే ప్రతి రూపాన్ని ఆశ్రయించడం వల్ల మానవులకు కలిగే లాభం. కానీ రూపం అంటే దేహం మాత్రం భక్తులకు నచ్చినట్టు భక్తులకు ఇష్టమైనట్టు వుండదు. భక్తులే ఆ దేహం చెప్పినట్టు నడచుకోవాలి.

"ఊహారూపము"

దేవుళ్ళకు ప్రతి రూపమే కాకుండా ఇంకొక రూపం కూడా వుంది. దానినే ఊహా రూపమంటారు. చాలా మంది దేవుళ్ళు లక్షల సంవత్సరాల క్రితం భూమి మీద జన్మ తీసుకున్నారు. ఆ సమయంలో ఇప్పుడు వున్న విధంగా కెమెరాలు, వీడియోలు లేకపోవడం వల్ల, యుగాలు మారడం వల్ల వారిని చూసిన వారు లేకపోవడం వల్ల పండితులు వారి శక్తులకు అనుగుణంగా, వారి శక్తులు ప్రతిబింబించే విధంగా ఊహించి వారి రూపాలు తయారు చెయ్యడం జరిగింది. అలా ఊహించి తయారు చేసిన రూపాలనే ఊహా రూపాలు అంటారు. ప్రతి రూపాలన్నవి అసలుకు ప్రతిగా చేస్తారు. కానీ ఊహా రూపాలన్నవి అసలు ఆ దేవుడు ఎలా వుంటాడో కూడా తెలియకపోవడం వల్ల ఊహించి తయారు చేస్తారు. రకరకాలుగా అలంకారాలు చేస్తారు. అలంకారాలని బట్టే, వారు ఫలానా దేవుడని తెలుసుకుంటాం. గుర్తిస్తాం.

అలా ఊహించి తయారు చేసిన రూపాలే మనమందరం ఆరాధించే బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరుడు, సరస్వతి, లక్ష్మి, పార్వతులు. అలాగే ఇంద్రుడు, నారదుడు, విఘ్నేశ్వరుడు, యముడు లాంటి దేవుళ్ళు ఎందరో వున్నారు. వీరంతా ఎలా వుంటారో ఎవరూ చూడలేదు. అందుచేత వీరు వున్నారని తెలియపరచడానికి పండితులు వారి వారి శక్తులను అనుసరించి వారి రూపాలను తయారు చేసారు. వారందరికీ శక్తులను బట్టి రకరకాల అలంకారాలు చేసారు. ఆ అలంకారాలను బట్టే మనం వారెవరో గుర్తించగలుగుతున్నాం. వారు వున్నారని తెలుసుకుంటున్నాం. వారిని గుర్తు చేసుకోగలుగుతున్నాం.

వారే కాదు యీ మధ్య యుగాలలో అవతరించిన దేవుళ్ళయిన శ్రీరాముడు, శ్రీకృష్ణుడులను కూడా మనం అలంకారాలను బట్టే గుర్తించగలుగుతున్నాం. అలంకారాలే లేకపోతే వారో కాదో కూడా చెప్పలేము, గుర్తించలేము. చూడండి శ్రీరాముని ఫోటోలో ధనస్సు, బాణం, కిరీటం లాంటి అలంకారాలు తీసివేసి ప్రక్కన సీతాలక్ష్మణులు లేకుండా వుంటే గుర్తించగలమా? రాముడని అంటామా? అలాగే శ్రీ కృష్ణుని నెత్తి మీద నెమలి పింఛం, మెడలో దండ, చేతిలో వేణువు లేకపోతే కృష్ణుని గుర్తించగలమా? శ్రీ కృష్ణుడని చెపుతామా? చెపుతున్నాము అంటే ప్రతీ ఫోటోలో ఈ అలంకారాలు వుండబట్టే కదా?

చూడండి ఒక మనిషికి నెత్తి మీద నెమలి ఈక పెట్టి, చేతిలో వేణువు వుంచి, నీలం రంగు వేసి మెడలో దండ వేస్తే కృష్ణుడు అంటారు. అదే మనిషికి చేతిలో ధనుస్సు, నెత్తి మీద కిరీటం, ఇంకొక చేతిలో బాణం వుంచితే రాముడు అంటారు. అలాగే తలను ముడి వేసి మెడలో పాము వుంచి చేతిలో శూలం వుంచితే శివుడు అంటారు.

అలాగే జుట్టు ముడివేసి, మెడలో దండ వేసి, చేతిలో చిడతలు, మెడలో వీణ వుంచితే నారదుడు అంటారు. చూస్తే ఇక్కడ అంతా ఒకే వ్యక్తి, కానీ అలంకారాలు మారాయి. అలంకారాలు మారగానే ఆయన్నే ఇంకొక దేవుడు అంటున్నాం. సినిమాలలోనే చూడండి ఒకే నటుడు ఒక సినిమాలో నారదుడులా వేషం వేసుకుంటాడు. ఇంకొక సినిమాలో శ్రీ కృష్ణుడు, ఇంకొక సినిమాలో శ్రీరాముడు, ఇంకొక సినిమాలో యముడు అని మనమే అంటున్నాం.

ఇంతకీ ఆ వ్యక్తి ఎవరు? అలంకారాన్ని బట్టి మారిపోతాడా? ఎన్ని అలంకారాలు పెట్టినా, మార్చినా వాడు వాడే కానీ, అందరూ అనుకునే శివుడు కాదు. శ్రీ కృష్ణుడు కాదు. శ్రీ రాముడు కాదు. నారదుడు కాదు. యముడు కాదు.

నాలుగు తలలు వుంటే బ్రహ్మ అంటారు. తలలు తీసేస్తే బ్రహ్మ అంటారా? అనరు కదా? ఎందుకు అనరు? నాలుగు తలలు లేవు కాబట్టి.

ఆలోచించండి అలా అలంకారాలు తగిలించిన వారిని పూజిస్తామా? వారికి ఆ దేవుళ్ళ శక్తులు వస్తాయా? అలా అలంకారాలు తగిలిస్తే ఆ దేవుని పూజించినట్టు అవుతుందా? ఇంతకీ పూజించవలసింది దేవుడినా? అలంకారాలనా? అసలు రూపాన్ని పూజిస్తే దేవుడిని పూజించినట్లవుతుంది కానీ అలంకారాలను పూజిస్తే దేవుడిని పూజించినట్టు ఎలా అవుతుంది? ఇంతకీ దేనికి ప్రాముఖ్యం ఇవ్వాలి?

తెలుసుకోండి ఏదో రూపానికి అలంకారాలు తగిలిస్తే అసలు దేవుడయిపోడు. మరి అసలు రూపానికి అలంకారాలు తగిలిద్దామన్నా! దేవుని అసలు రూపం ఎవరికీ తెలియదు కదా? ఎవరూ చూడలేదు కదా? మరి ఎలా తగిలిస్తాం? అసలు ఆయన ఎలా వుంటాడో తెలియకుండా, చూడకుండా ఆరాధించితే ఆయన్ను ఆరాధించినట్టు ఎలా అవుతుంది ?

ఇంకా ఆలోచిస్తే దేవుళ్ళ ఊహారూపం అంటే ఊహించి తయారు చేసినది వారు కానే కాదు కదా? అలాగే దేహానికి ప్రతిరూపమైన విగ్రహం కూడా వారు కాదు కదా? అంతేకాదు అసలు రూపం అంటే దేహం కూడా వారు కాదు. కారణం వారికి రూపం లేదు. వారు చైతన్య స్వరూపులు. దేవుళ్ళకు చావు పుట్టుకలు లేవు వారు శాశ్వతులు. కనిపించే రూపం వారు లోకకళ్యాణం కోసం తాత్కాలికంగా ధరించినది మాత్రమే.

అందుచేత ఏ అసత్య రూపాన్ని కానీ, ప్రతి రూపాన్ని కానీ, ఊహా రూపాన్ని కానీ ఆరాధించినా వారిని ఆరాధించినట్టు కాదు. సత్యరూపమైన 'ఆత్మ'ను ఆరాధిస్తేనే వారిని ఆరాధించినట్టు అవుతుంది. అందుచేత ఆత్మారాధన చెయ్యండి. మరి ఆత్మ ఎక్కడ వుంది? అంటే అందరిలోనూ వుంది. మీలోను వుంది. అందుచేత మీలో వున్న ఆ దేవుని ఆరాధించాలంటే మీలోకి వెళ్ళాలి. అంటే అంతర్ముఖులవ్వాలి. దాని మార్గమే "శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం". అంటే ఎవరయితే ధ్యానం చేస్తారో వారే దేవుని ఆరాధించిన వారవుతారు. వారే దుఃఖం నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడతారు.

ఈ సత్యాన్ని చెప్పడానికే ఆంజనేయస్వామి తన హృదయాన్ని చీల్చి చూపించాడు. శ్రీరాముడు తనలోనే వున్నాడని చెప్పడమే కాదు. ఆయన ఆత్మ మీదే ధ్యాస వుంచి నిత్యం ధ్యానంలోనే వుంటాడు. ఆంజనేయస్వామి లాగే మనం కూడా ధ్యానం చేద్దాం. మనకిష్టమైన దేవుని ధ్యానిద్దాం.

ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - జ్ఞానం వల్లనే ముక్తి

- బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ

పేరులో వుందా? భావంలో వుందా?

చాలా మంది దేవుళ్ళ నామాన్ని స్మరిస్తూ వుంటారు. భజనలు చేస్తూ వుంటారు. అలా చేస్తూ ఆ దేవుని తలచుకుంటున్నామని భావిస్తారు. ఆ దేవుణ్ణి పిలుస్తున్నామని కూడా భావిస్తారు. అలా స్మరించడం వల్ల ఆయన విని తమ మొర ఆలకిస్తాడని, తమ కోరికలు తీరుస్తాడని, తమ కష్టాలు పట్టించుకుంటాడని భావిస్తారు.

కానీ ఆలోచించండి ఆ దేవుళ్ళ పేర్లు ఎంతో మంది పెట్టుకుంటారు. తమ పిల్లలకు కూడా పెడుతూ వుంటారు. అలా ఆ దేవుళ్ళ పేర్లు పెట్టుకున్న వారంతా గొప్పవారా? అంటే కాదని అందరికీ తెలుసు. అంతేకాదు అలా పేరు పెట్టుకున్న వారిలో చాలా మంది దుష్టులు వున్నారు. దుర్మార్గులు వున్నారు. మరి ఇపుడు మీరు ఎవరిని తలచుకుంటున్నట్టు? ఆ దేవుడినే తలచుకుంటున్నట్టు ఎలా అవుతుంది? ఆ పేరుతో ఎవరూ లేకపోతే అపుడు ఆయననే తలచుకున్నట్టవుతుంది. కానీ అంతమందిలో ఎవరిని తలచుకున్నట్టు?

అలా అన్నపుడు ఆ పేరుగల వాళ్ళు ఇప్పుడు లేరు కానీ రాముడు వున్నాడు కదా? అనవచ్చు. కానీ ఆలోచించండి. ఆ రాముడు కూడా వున్నాడు కానీ ఏ రూపంలో వున్నాడు? అంటే ఆత్మరూపంలోనే వున్నాడు. అలాగే ఆ పేర్లు పెట్టుకున్న వారి ఆత్మలు కూడా వున్నాయి కదా? మరి ఏ రాముని తలచుకున్నట్టు?

అలా అన్నప్పుడు నేను ఆయన రూపాన్ని తలచుకుంటూ స్మరిస్తున్నానని అనవచ్చు. కానీ అది ఆయన రూపమా? ఆయన అలా వుంటాడా? ఆయన ఎలా వుంటాడో మనకు తెలుసా? తెలియకుండా ఆయననే వూహిస్తున్నట్టు ఎలా అవుతుంది? మనం భావించినట్టు ఆయన వుంటాడా? ఆయన ఆయనలాగే వుంటాడు కానీ, మనం వూహించినట్టు వుండడు కదా? అసలు ఆయనను మనం వూహించగలమా?

అంతెందుకు మీ ప్రక్క గ్రామంలో పేరు తెలిసిన వారు ఎలా వుంటారో ఊహించగలరా? అసాధ్యం కదా? అలాగే రాముడు ఎలా వుంటాడో వూహించగలమా? అసాధ్యం కదా?

మరి ఏం చెయ్యాలి? ఆలోచించండి. అసలు ఇన్ని పాట్లు ఎందుకు? శాశ్వతం కాని అసత్య రూపాన్ని, వూహా రూపాన్ని ఆశ్రయించడమెందుకు? శాశ్వతమైన, నిత్యమైన, ఎప్పుడూ వుండే, మార్పు చెందని సత్య రూపాన్ని ఆశ్రయించవచ్చు కదా? అంటే ఆత్మను ఆశ్రయించవచ్చు కదా? ఈ గందరగోళమంతా ఎందుకు ?

అందుచేత ఆయన సత్యరూపమైన ఆత్మను ఆశ్రయించండి. ఆత్మను ఆశ్రయించే మార్గమే "శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం". ధ్యానం చేస్తే దేవుణ్ణి ఆశ్రయించినట్టే. ఇందులో ఏ సందేహం లేదు. గందరగోళం లేదు.

మరి ఆత్మ ఎక్కడ వుంది? అంటే రాముడు ఎక్కడ వున్నాడు? ప్రతి ఒక్కరిలోను వున్నాడు, మీలోను వున్నాడు. ఈ విషయమే ఆంజనేయస్వామి కూడా చెప్పారు. తన హృదయాన్ని చీల్చి చూపించాడు. ఆయన తనలో రాముణ్ణి చూపించడమే కాదు. తనలో వున్న 'ఆత్మా రాముని' మీద సదా దృష్టి వుంచాడు. అంటే ధ్యానం చేసాడు. అందుచేత మనం కూడా ఆంజనేయస్వామిలా ధ్యానం చేద్దాం. రాముని మీద దృష్టి వుంచుదాం. జీవితాన్ని ధన్యం చేసుకుందాం.

దేవుని ప్రత్యక్ష సాధన - పరోక్ష సాధన

1) దేవుని ప్రతి రూపం మీద దృష్టి వుంచితే పూజ అంటారు.

2) దేవుని కీర్తిస్తే స్తోత్రం అంటారు.

3) దేవుని నామాన్ని స్మరిస్తే జపం అంటారు.

4) సాక్షాత్తూ దేవునితో వుంటే ధ్యానం అంటారు.

మొదటి మూడు పరోక్ష సాధనలు. కానీ ఆఖరిదైన ధ్యానం దేవునితో వుండే ప్రత్యక్ష సాధన. అందుచేత ప్రత్యక్ష సాధన అయిన ధ్యాన సాధనతో దేవుని ప్రత్యక్షం చేసుకోగలం. దేవునితో వుండగలం.

చూడండి ఎవరికైనా ప్రత్యక్షంగా భార్యతో వుండడం, ఆవిడతో గడపడం వంటి అనుభూతి, ఆనందం భార్య ఫోటోతో కానీ, విగ్రహంతో కానీ వుంటే రాదు కదా? భార్య ఫోటోను చూసినా రాదు, భార్యను తలచుకున్నా రాదు. భార్యను స్తుతించినా రాదు కదా!

అలాగే భర్త విషయంలో కూడా! భర్త చనిపోతే భర్త ఫోటోను దగ్గర వుంచుకున్నా! భర్త విగ్రహాన్ని చేయించుకుని విగ్రహంతో వున్నా, అస్తమాను భర్తను తలచుకున్నా ప్రత్యక్ష సంబంధం లేకపోవడం వల్ల దుఃఖమే వుంటుంది, ఆనందం కలగదు. అలాగే భగవంతుని విషయంలో కూడా! భగవంతునితో వుండే అనుభూతి, ఆనందం, ఆయన బొమ్మతో రాదు. ఫోటోతో రాదు, స్తుతిస్తే రాదు, తలచుకుంటే రాదు.

అలా ప్రత్యక్షంగా దేవునితో కలిసి వుండే భాగ్యం ఎవరికైనా ధ్యానం ద్వారా మాత్రమే కలుగుతుంది. ధ్యానం ద్వారానే బ్రహ్మానందం కలుగుతుంది.

అందుకే ఎన్ని సంవత్సరాలు పూజలు చేసినా, స్తోత్రాలు పాడినా, నామం స్మరించినా, మంత్ర రూపకంగా జపించినా దేవుడు ఇంకా ప్రత్యక్షం కాలేదు అంటారు. అంటే ఆయనతో ప్రత్యక్ష సంబంధం ఏర్పడలేదు అని అర్థం. మరి రూపం లేని, అంతరంలో వున్న దేవుడు అంటే ఆత్మ ఎలా ప్రత్యక్షమవుతాడు? అంటే అంతరంలోకి వెళ్ళాలి. దేవునికి రూపం లేదు కాబట్టి అనుభూతి చెందాలి. ఆయనతో వున్న ఆనందాన్ని అనుభవించాలి.

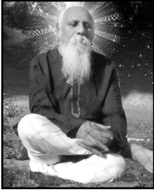
ఎ.సి.లోకి వెడితే చల్లదనం కనిపించదు. కానీ అనుభూతి చెందగలం. లోపల వున్న చల్లదనాన్ని ఎవరూ బయటకు తీసుకు వచ్చి చూపించలేరు. ఎవరికి

వారు లోపలకు వెళ్ళవలసిందే. స్వయంగా అనుభూతి చెందవలసిందే!

అలాగే భగవంతుని కూడా! ఎవరికి వారు తమ అంతరంలోకి వెళ్ళవలసిందే! స్వయంగా భగవంతుని అనుభూతి చెందవలసిందే! అంతేకానీ ఏ గురువు దేవుని చూపించలేదు.

అంతరపు లోతులలోకి తీసుకు వెళ్ళగలిగేది గురువు కాదు 'ధ్యానం' మాత్రమే. అందుకే పత్రీజీ 'శ్వాసే గురువు' అంటారు. మిగిలిన సాధనలన్నీ పరోక్ష సాధనలే. మనస్సుతో స్మరించే నామ, మంత్రాలు కూడా ఇంద్రియాలతో గ్రహించగలిగేవే.

నామాలను, మంత్రాలను నోటితో చెప్పవచ్చు. చెవులతో వినవచ్చు. రాసిన దానిని కంటితో చూడవచ్చు. కానీ దేవుడు ఇంద్రియాలకు అతీతుడు. ఇంద్రియాలతో గ్రహించలేనివాడు. అందుచేత ఇంద్రియాలకు అతీతమైన స్థితిని కలిగించే సాధనే దేవుని ప్రత్యక్ష సాధన. అదే "శ్వాస మీద ధ్యాస ధ్యానం". 'ధ్యానం' వల్ల ఎవరైనా దేవుని ప్రత్యక్షం చేసుకోవచ్చు. అంటే అనుభూతి చెందవచ్చు.



బ్రహ్మర్షి పత్రీజీ
పిరమిడ్ సత్యవాక్కులు



- **"ప్రకృతిని కాపాడుకోవడమంటే మనల్ని మనం కాపాడుకోవడం!"**
- **"మానవుడిని దానవుడిగా చేసేది - హింస - మానవుడిని దివ్యుడిగా చేసేది - హంస!"**
- **"ఎక్కువగా వినాలి - తక్కువగా మాట్లాడాలి!"**
- **"త్రికరణ శుద్ధి ఉన్నవారికే అంతరాత్మ ప్రబోధం అన్నది స్పష్టంగా తెలుస్తుంది!"**
- **"తెలుసుకున్న విషయాన్ని ఆచరించడం లేదంటే అసలది తత్వతః మౌలికంగా తెలుసుకోలేదనే అర్థం!"**
- **"వస్తే రానీ, వుంటే వుండనీ, పోతే పోనీ!"**
- **"ఏది చేస్తామో అదే మన వెంట వస్తుంది - ఏదీ చెయ్యకపోతే ఏదీ రాదు!"**
- **"ధర్మం అనేది బయటి వారు మనకు ఇచ్చేది కాదు మన అంతరాత్మలో నుంచి పైకి సహజంగా ఉబికేది!"**
- **"ఆత్మ ఎంత వికసిస్తే - జ్ఞానం అంత వెల్లివిరుస్తుంది!"**

పలుకే బంగారమాయేనా?

పెద్దలు చెబుతూ వుంటారు. భగవంతునికి పేరు లేదు కాబట్టి ఏ పేరుతో పిలిచినా పలుకుతాడు. అందుచేత మీకు నచ్చిన పేరుతో పిలుచుకోవచ్చు అంటారు.

అలా అంతా తమకు నచ్చిన ఏదో ఒక పేరుతో పిలుస్తున్నారు కానీ ఆయన పలుకు తున్నాడా? లేదా? అన్న సంగతి మాత్రం తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. పలుకుతాడు, పలుకుతాడని... పలకమని, పలకమని... అంటారు. మైకు పెట్టి గట్టిగా అరుస్తారు. అలాగే "పలుకే బంగారమాయేనా – పిలచీనా పలుకవేమి!" అంటూ పాటలు కూడా పాడుతూ వుంటారు. కానీ భగవంతుడు పలుకుతున్న సంగతి తెలుసు కోలేకపోతున్నారు.

కారణం భగవంతుడు సర్వాంతర్యామి. అంటే సర్వుల అంతరాలలో వ్యాపించి వున్నవాడు. అంతే కానీ బయటలేడు. ఆయన అందరిలో ఆత్మ రూపంలో వున్నాడు. అంటే ప్రతి ఒక్కరి లోపల వున్నాడు. ఉండడమే కాదు. మానవులు ఏ తప్పు చేసినా, అధర్మంగా ప్రవర్తించినా, చేయకూడని పనులు చేస్తున్నా వెంటనే అలా చేస్తున్నావని చెపుతాడు. చేయకూడదని హెచ్చరిస్తాడు. అలా అనుక్షణం ప్రతీ విషయంలో మానవుని వెంట, చెంత వుండి పలుకుతున్న విషయాన్ని మానవులు తెలుసుకోలేకపోతున్నారు.

ఎంతసేపూ ఎక్కడో వున్నాడనుకుంటూ! ఎక్కడ వున్నాడో తెలియక ఒక బొమ్మ పెట్టి పలుకు, పలుకు అంటారు. కానీ భగవంతుని పలుకులు, పలుకుతున్న సంగతి మాత్రం తెలుసుకోలేకపోతున్నారు. మరి ఆయన పలుకులు వినాలంటే ఏం చెయ్యాలి? ఏం చేస్తే భగవంతుని పలుకులు వినగలుగుతాం?

భగవంతుని పలుకులు వినాలంటే మీరు హడావిడి చెయ్యకూడదు, నోటితో అరవకూడదు, మాటలు కూడా మాట్లాడకూడదు. కారణం ఆయన పలుకులు, నిశ్శబ్దంలోనే తెలుసుకోగలం. శబ్దంలో వినలేం. అలాగే బాహ్య నిశ్శబ్దం ఒక్కటే సరిపోదు అంటే నోరు మూసేస్తే సరిపోదు అంతరంలో భగవంతుడు వున్నాడు కాబట్టి అంతర్ నిశ్శబ్దం పాటించాలి. అంటే అంతరంలో అంటే మనస్సులోని శబ్దాలు అంటే ఆలోచనలు కూడా ఆగిపోవాలి. దీనినే "అంతర్ నిశ్శబ్దం" అంటారు. ఎందుచేతనంటే మనస్సులో రకరకాల ఆలోచనలు, కోరికలు వుంటే ఆ గందరగోళంలో అంతరంలోని భగవంతుని పలుకులు వినలేము.

చూడండి బాజా భజంత్రీలు, మైకులు వున్న చోట ప్రక్కవారి మాటలు కూడా మనకు వినిపించవు. అలాగే అంతరంలో వేరొక గందరగోళం వుంటే భగవంతుని పలుకులు వినపడవు, తెలియవు. అందుచేత భగవంతుని పలుకులు వినాలంటే పూర్తిగా అంతరంలో నిశ్శబ్దం సాధించాలి. ఆఖరుకు మనస్సులో

నామాన్ని కానీ, మంత్రాన్ని కానీ జపించకూడదు. అలా చేస్తే మనస్సు నిశ్శబ్దంగా వున్నట్టు కాదు.

అందరూ బాహ్య నిశ్శబ్దాన్ని పాటించగలరు. అంటే శబ్దాలు లేకుండా గదిని చేసుకోగలరు. మాట్లాడకుండా నోరు కట్టేయగలరు. కానీ కళ్ళు మూసు కున్నపుడు ఆలోచనలనే ఆపలేరు. అంటే అంతర్ నిశ్శబ్దం సాధించలేరు. పాటించ లేరు. అందుచేతే ఎవరూ భగవంతుని పలుకులు వినలేకపోతున్నారు. ఆయన చెప్పే ధర్మాలు తెలుసుకోలేకపోతున్నారు, పాటించలేకపోతున్నారు. అందుచేత చేయకూడని పనులు చేస్తున్నారు. జీవితంలో నష్టపోతున్నారు. భగవంతుడు అంతరాత్మ రూపంలో హెచ్చరిస్తున్నా తప్పులు, పాపాలు చేస్తూనే వున్నారు. కష్టాలు తెచ్చుకుంటున్నారు. పైగా కష్టాలు రాగానే పాటలు పాడుతున్నారు.

మరి అంతర్ నిశ్శబ్దమన్నది వూరికే కళ్ళు మూసుకుంటే రాదు. కారణం ఆలోచనలు ఆగవు. దానికి పత్రిగారు బోధించినట్టుగా “శ్వాస మీద ధ్యాస” వుంచాలి. అపుడే ఆలోచనలు ఆగిపోతాయి. అంతర్ నిశ్శబ్దం సాధించగలుగుతాం. భగవంతుని పలుకులు వినగలుగుతాం. వాటిని పాటిస్తూ జీవితాన్ని ధన్యం చేసుకుంటాం, ఆనందమయం చేసుకుంటాం.

అలా ధ్యానం ద్వారా ఎంతో మంది ఋషులు, యోగులు అంతర్ నిశ్శబ్దాన్ని సాధించారు. భగవంతుని సందేశాలు తెలుసుకోగలిగారు. అదే ఆచరించి లోకానికి బోధించి మహాత్ములయ్యారు. దేవుళ్ళయ్యారు. అందుచేత అంతా ధ్యానం చేద్దాం. భగవంతుని పలుకులు విందాం. ఆయన సందేశం తెలుసుకుందాం.

ఇది అర్థం చేసుకోకుండా ఏదో ఒక బొమ్మ పెట్టి పలుకు, పలుకు అనడం పలకకపోతే పలకలేదని బొమ్మలు మార్చడం చేస్తున్నారు. ఆలోచించండి బొమ్మ ఎలా పలుకుతుంది? మానవుడు తయారు చేసిన బొమ్మకు మాట్లాడే శక్తి మానవుడు ఇచ్చాడా? ఇవ్వగలడా? మాట్లాడే శక్తి భగవంతుడే మానవునికి ఇచ్చాడు. అందుకే చూడండి ‘ఆత్మ’ రూపంలో వున్న భగవంతుడు మానవునిలో నుంచి తప్పుకుంటే శరీరం శవమవుతుంది. అపుడు మానవుడు మాట్లాడగలడా? మాట్లాడలేడు కదా? అంటే ఆత్మ వున్నంత సేపే మాట్లాడతాడు. అంటే భగవంతుడే కదా మానవునకు మాట్లాడే శక్తినిచ్చింది?

ఆయన మాట్లాడడమే కాదు. మాట్లాడే శక్తి కూడా మానవునకు ఇచ్చాడు. అందుచేత పలుకు, పలుకు అని అరవడం కాదు. పలుకులు మాని, హడావిడి మాని ‘శ్వాస మీద ధ్యాస’ వుంచండి. ఆలోచనలు ఆపండి. అంతర్ నిశ్శబ్దం సాధించండి. మీరు స్పష్టంగా భగవంతుని పలుకులు, సందేశాలు తెలుసు కోగలుగుతారు. మరొక్కసారి తెలుసుకోండి **“భగవంతుని పలుకులు నామంతో తెలుసుకోలేము. ధ్యానంతోనే తెలుసుకోగలం”.**

మంచి ముహూర్తం

చాలా మంది ఏ పని చెయ్యాలన్నా ముహూర్తం చూస్తారు. అంటే మంచి సమయం ఏదోచూస్తారు. అంటే పవిత్రమైన సమయం ఏదో చూస్తారు. కారణం అలాంటి సమయాల్లో ఏం చేసినా లాభిస్తుందని, కలిసి వస్తుందని, శుభం జరుగుతుందని, మంచి జరుగుతుందని వారి భావం. అందుకని ముహూర్తాలు పెట్టించుకుంటారు. పంచాంగాలు తిరగేసి తిథి, వారం, నక్షత్రం అన్నీ చూసి అన్నీ బాగుంటేనే ముహూర్తం నిశ్చయిస్తారు.

వివాహమైనా, శుభకార్యమైనా, గృహప్రవేశం చేసినా, వ్యాపారం ప్రారంభించినా, గృహాన్ని ఆరంభించినా, ఏమి చేసినా ముహూర్తం చూసి కానీ చెయ్యరు. ఆ పని ప్రారంభించరు.

కానీ అందరూ అనుకునే ముహూర్తాలన్నిటి కంటే మంచి ముహూర్తం ఒకటి వుంది. అదే మంచి సమయం అదే పవిత్రమైన సమయం అదే అన్నిటి కంటే గొప్ప ముహూర్తం. అదేమిటంటే!

"మన ధ్యాస ఏ సమయంలోనైతే పరమాత్మ వైపునకు (ఆత్మ వైపునకు) మరలుతుందో! ఆ ఘడియ, ఆ క్షణం, ఆ ముహూర్తం, ఆ రోజు, ఆ వారం, ఆ తిథే పవిత్రమైనదని తెలుసుకోవాలి".

కారణం పరమాత్మ కంటే గొప్పవాడు ఈ సృష్టిలో ఎవరూ లేరు. అన్నీ ఆయనే, అంతా ఆయనే. ఆయన అన్నిటికీ అతీతుడు. ఈ సృష్టిలో ఏది జరిగినా ఆయన ప్రమేయంతోనే జరుగుతుంది. ఆయన ప్రమేయం లేకుండా చిన్న చీమ కూడా కదలలేదు, కుట్టలేదు. అందుకే అంటారు "ఈశ్వరుడి ఆజ్ఞ లేనిదే చీమైనా కుట్టలేదు" అని. అంటే భగవంతుడు లేకపోతే చీమైనా శవం అయిపోతుంది. శవమైన చీమ ఎలా కుట్టగలదు? అలాగే ఏ జీవి అయినా!

కానీ అంతటి గొప్పవాడైన భగవంతుని మరచిపోయాం. ఆయనను మరచిపోవడమే కాకుండా ఆయన ఎలా వుంటాడో కూడా తెలుసుకోకుండా అన్ని పనులు ప్రారంభిస్తున్నాం, అన్ని పనులు చేసేస్తున్నాం.

అందుచేత ఏ పని ప్రారంభించినా ముందు అన్నిటికి ఆధారభూతుడైన, అన్నిటిని నడిపిస్తున్న అనంతశక్తి శక్తి స్వరూపుడైన, భగవంతుని గుర్తు చేసుకుని ఆయన మీద కాసేపు దృష్టి వుంచుదాం. అలా వుంచి మనం చేయబోయే పనులు ప్రారంభిద్దాం. మన శుభకార్యాలు చేసుకుందాం. కారణం అంతకన్నా గొప్పపని, గొప్పకార్యం ఈ సృష్టిలో లేదు కనుక. అందుచేత **"ఏ సమయంలోనయితే మన దృష్టి భగవంతుని వైపు మరలుతుందో అదే అన్నిటి కంటే మంచి ముహూర్తం".** అదే శుభకరం, లాభదాయకం.

మరి భగవంతుడు ఎవరు? అంటే "ఆత్మ". భగవంతుడు ఎక్కడ వుంటాడు? అంటే అందరిలో వుంటాడు. అందరిలో వున్న భగవంతుని మీద ధ్యాస వుంచాలంటే ఏమి చెయ్యాలి? ధ్యానం చెయ్యాలి. అంటే ఎవరయితే ధ్యానం చేస్తారో! వారి ధ్యాస పరమాత్మ వైపునకు మరలినట్టే. అదే అన్నిటికంటే మంచి ముహూర్తం.

అలా అంతా కలసి కాసేపు ధ్యానం చేసి ఏ పనైనా, ఏ కార్యమైనా, ఏ సమయంలోనైనా, ఏ రోజునైనా, ఏ వారంలో, ఏ నెలలోనైనా ప్రారంభించవచ్చు. చేసుకోవచ్చు. కారణం అంతకన్నా మంచి ముహూర్తం లేదు కనుక. అలా భగవంతుని మీద ఒక నిమిషం దృష్టి వుంచినా అంటే ధ్యానం చేసినా ఎంత గొప్ప ఫలితం లభిస్తుందో ఉత్తర గీతలో ఈ క్రింది శ్లోకం ద్వారా చెప్పబడింది.

శ్లో॥ నిమిషం నిమిషార్థం వాజ్ఞానినా ధ్యానచింతయా!
క్రయకోటి సహస్రాణాం ధ్యానమేకం వభిష్యమా!

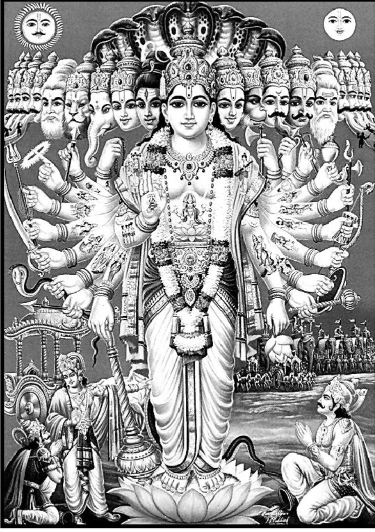
తా:- ఆత్మ జ్ఞానులు నిమిషం కానీ, అరనిమిషం కానీ ఆత్మ ధ్యానం చేయడం వల్ల వేయి కోట్ల క్రతువులు చేసిన ఫలితం వస్తుంది. కాబట్టి ధ్యానం ఒక్కటే విశిష్టమైనది. అంటే భగవంతుని మీద ధ్యాస వుంచడం ఒక్కటే విశిష్టమైనదని ఈ శ్లోకం ద్వారా తెలుసుకోవచ్చు.

అందుచేత ఏ క్షణంలో మీరు 'ధ్యానం' చేస్తారో అదే 'మంచి ముహూర్తం'.

అందుకే చూడండి ఏ పనికైనా ఎంత గొప్ప ముహూర్తం పెట్టినా, మంచి రోజు చూసినా, మంచి ఘడియలు నిర్ణయించినా పూజ చేయకుండా ఆ పని ప్రారంభించరు. కారణం ముహూర్తం కంటే భగవంతుని మీద దృష్టి వుంచడం ముఖ్యమనే వుద్దేశ్యంతోనే పూజ చేస్తారు. కానీ పూజ ద్వారా మనం ప్రతిమల మీద, ఫోటో మీద దృష్టి వుంచుతున్నాము కానీ భగవంతుని మీద దృష్టి వుంచడం లేదు. కారణం ఆత్మే భగవంతుడు కానీ ఫోటో కాదు.

అందుచేత పని ప్రారంభించే ముందు భగవంతుని సత్యరూపమైన 'ఆత్మ' మీద ధ్యాస వుంచితే, అదే అన్నిటి కంటే మంచి ముహూర్తం. మరి ఆత్మ మీద దృష్టి వుంచాలంటే ధ్యానం చెయ్యాలి కదా? అంటే ధ్యానం చేసి ఏ పని చేసినా మంచి ముహూర్తంలో చేసినట్టే. అందుచేత ఏ పని ప్రారంభించినా ముందు అక్కడ వున్న వారందరూ కలిసి ధ్యానం చెయ్యండి. అదే "మంచి ముహూర్తం". అదే శుభకరం.

వయస్సులో వృద్ధులు గొప్పవారు కాదు
జ్ఞానంలో వృద్ధులే గొప్పవారు



వినాయకుడు

వినాయకుడు అంటే విశేషమైన నాయకుడు అంటే గొప్పనాయకుడు అని అర్థం. ఆయన ఎవరో తెలుసుకుందాం. ఈ సృష్టిని సృష్టి చేసిన భగవంతుడు అనంత శక్తి స్వరూపుడు అంటే అనంతమైన శక్తులు కలవాడు. ఆయన ఒక్కొక్క శక్తికి ఒక్కో పేరు పూర్వం యోగులు పెట్టారు. అలా సృష్టి చేసే శక్తికి 'బ్రహ్మ' అని, కాపాడే శక్తికి 'విష్ణువు' అని, లయం చేసే శక్తికి 'శివుడు' అని, పరిపాలించే శక్తికి 'ఇంద్రుడు' అని, వెలుగు ఇచ్చే శక్తికి 'సూర్యుడు' అని, నీటిని ఇచ్చే శక్తికి 'వరుణుడు' అని, వేడిని ఇచ్చే శక్తికి 'అగ్ని' అని ఇలా రకరకాల పేర్లు పెట్టడం జరిగింది.

అలాగే ఆ ఋషులు, పండితులు భగవంతుని ఒక్కో శక్తికి ఒక్కొక్క పేరు పెట్టి ఆ శక్తికి తగ్గట్టు ఒక ఆకారాన్ని కూడా సృష్టి చేశారు. సామాన్యులు సృష్టింపబడిన ఈ ఆకారాలు చూసి వారి రకరకాల పేర్లు చూసి, వారు చేసే రకరకాల పనులు చూసి వారంతా వేరు వేరు దేవుళ్ళు అనుకుంటారు. అలా సృష్టిలో ముక్కోటి దేవుళ్ళు, దేవతలు వున్నారని అనుకుంటారు. కానీ అంతా ఒక్కటే. అందరూ ఒకే భగవంతునిలోని భాగాలు మాత్రమేనని తెలుసుకోవాలి.

భగవద్గీతలోని విశ్వరూప సందర్శన యోగంలో శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు తన విశ్వరూపాన్ని చూపించి అందరూ నాలోనే వున్నారు. అంతా నేనే, అన్నీ నేనే అని చెప్పలేదా?

ఉదాహరణకు మానవునిలోని రకరకాల పనులు చేయగల శక్తులకు అంటే అవయవాలకు గుర్తింపు కోసం వేరు వేరు పేర్లు పెట్టడం జరిగింది. చూడటానికి వాటి ఆకారాలు కూడా వేరువేరుగా వుంటాయి. అంత మాత్రం చేత అన్నీ వేరు వేరా? అంటే కానే కాదు. అన్నీ ఒక్కటే! అన్నీ కలిపి ఒకే మానవుడు. కళ్ళు, ముక్కు, నోరు, చెవి, చేతులు, కాళ్ళు ఇలా అన్నీ ఒకే మానవునిలోని భాగాలే కానీ వేరు కాదు. కానీ చూడటానికి వాటి పేర్లు వేరు వేరుగా వుంటాయి. ఆకారాలు వేరుగా వుంటాయి. పనులు కూడా వేరుగా వుంటాయి. కానీ అన్నీ ఒకే మానవుడు. అంతే కానీ చెయ్యి వేరని కాలు, కాలు వేరని చెయ్యి తగువు లాడుకుంటాయా? పట్టించుకోకుండా వుంటాయా? వుండవు కదా? రెండూ ఒకటే అన్నట్టుగా వుంటాయి.

కాలును దోమ కుడితే చెయ్యి ఎందుకు దోమను చంపుతుంది? చెయ్యికి ఏమిటి

సంబంధం? కాలు, నేను ఒకటే అనే భావంతోనే కదా చెయ్యి కలుగ చేసుకుంది. వేరు అనుకుంటే పట్టించుకుంటుందా? అలాగే కన్ను నేనే గొప్ప అని, చెవి నేనే గొప్ప అని, ముక్కు నేనే గొప్ప అని తగువులాడుకుని ఒకటికొకటి సహకారం చేసుకోకపోతే మానవుని పరిస్థితి ఏమిటి? అలా చేస్తాయా? చెయ్యవు కదా? అందుచేత అన్నీ ఒక్కటే! అన్నీ మానవుడే! అన్నీ మానవునిలోని భాగాలే. దేని విశిష్ఠత దానిది. ఏది లేకపోయినా మానవునికి లోటే. అందుచేత అన్నీ అవసరమే. అన్నీ మానవుడే. మానవునిలోని భాగాలే! ఈ సత్యం తెలుసుకోవాలి, ఈ సత్యం అర్ధం కాని వారు మూర్ఖులు అవుతారు.

అలాగే దేవుళ్ళే కాదు, సృష్టిలోని మానవులే కాదు జంతువులే కాదు సమస్త చరాచర జీవకోటి అంతా భగవంతునిలోని భాగాలే. అన్నీ భగవంతుని రూపాలేనని తెలుసుకోవాలి. ఇది తెలుసుకోకపోవడం వల్ల దేవుళ్ళంతా వేరు, వేరు అని భావిస్తూ తగువులాడుకుంటున్నారు. దేవుళ్ళ మధ్యే పోటీ పెంచుతున్నారు. నా దేవుడు గొప్పవాడని, నీ దేవుడి కంటే నా దేవుడే గొప్పవాడు అంటూ తగవులాడుకుంటున్నారు. యుద్ధాలు కూడా చేస్తున్నారు. కానీ తెలుసుకోండి "సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ" అంటే సమస్తం భగవంతుడే, భగవంతుడు కానిది, లేనిది అంటూ ఈ సృష్టిలో ఏదీ లేదు.

అలాగే వినాయకుడు కూడా భగవంతునిలోని ఒక ముఖ్య భాగం, ఒక గొప్ప శక్తి. ఆయన విశేషమైన నాయకుడు ఎందుకయ్యాడు అంటే ఆయన శివ గణాలకు అధిపతి అంటే సైన్యాధ్యక్షుడు. రక్షించే సైన్యాలకు నాయకుడు. ఎవరికి ఆపదలు రాకుండా కాపాడేవాడు. దుష్టుల నుంచి, దుర్మార్గుల నుంచి, రాక్షసుల నుంచి, స్వార్ధ పరుల నుంచి, హింసా పరుల నుంచి, ఆపదలు రాకుండా కాపాడే నాయకుడు. అంటే సజ్జనులకు, సాధువులకు అవరోధాలు, అడ్డంకులు రాకుండా చూసేవాడు అని అర్థం. ఒక రకంగా మంచివారికి, సాధువులకు, ధర్మాత్ములకు ఆపదలు అంటే విఘ్నాలు రాకుండా కాపాడే నాయకుడు అని అర్థం.

ఆయనే వినాయకుడు. విశేషమైన నాయకుడు. గొప్ప నాయకుడు అంతే కానీ అరటిపళ్ళను, కుడుములు, కొబ్బరికాయలు తీసుకుని ఎవరిని పడితే వారిని కాపాడే నాయకుడు మాత్రం కాదు. అందరూ అనుకుంటున్నట్టు పాపాలు చేసే వారిని రక్షించేవాడు కాదు. ఆయన రాక్షసులను, దుష్టులను, దుర్మార్గులను శిక్షించి వారి నుంచి సామాన్యులకు, సజ్జనులకు, ధర్మాచరణ చేసే వారికి ఆపదలు, కష్టాలు, విఘ్నాలు రాకుండా చూసే గొప్ప నాయకుడు.

ఆయన కూడా భగవంతునిలో ఒక భాగమే. కానీ ఆయన చేసే పనికి వేరే ఒక పేరు పెట్టడం వల్ల ఆయన శక్తిని బట్టి ఒక రూపం తయారు చేయడం వల్ల ఆయనకు అలాంటి రూపం వుంటుందని వూహించుకుంటున్నారు. కానీ ఇక్కడ తెలుసుకోవలసింది, అర్థం చేసుకోవలసిన సందేశం ఏమిటంటే! మనం రక్షింపబడాలి అంటే మంచి పనులు అంటే అందరికీ సేవ చెయ్యాలి. శిక్షింపబడకూడదనుకుంటే చెడు పనులు అంటే ఎవరికి హింస చెయ్యకూడదు.

గ్రామ దేవతలు

లోకంలో చూస్తే ఇంచుమించు ప్రతీ గ్రామానికి ఒక దేవత వుంటుంది. ఆ దేవతను ఆరాధించడం, ఆ దేవత పేరుతో ఉత్సవాలు, జాతర్లు చెయ్యడమనే ఆచారం కూడా వుంది. ఇది తరతరాల నుంచి వస్తుంది కూడా. అలాగే గ్రామ దేవతను ఆరాధిస్తే ఆమె ఆ గ్రామంలోని వారిని రక్షిస్తుందనే నమ్మకం కూడా ఆ గ్రామస్తులలో బలంగా వుంది. అలాగే కొన్ని గ్రామాలలో గ్రామ దేవతకు జంతువులను బలి ఇవ్వడం, జంతువులను బలి ఇస్తామని మొక్కడం కూడా ఆచారంగా వస్తుంది. అలా ఆమెను ఆశ్రయించి ప్రసన్నం చేసుకుంటే కష్టాలు తీరుస్తుందని, కోరికలు నెరవేరుస్తుందని కూడా ఆ గ్రామస్తులు నమ్ముతారు. అలా పూర్వం నుంచి ఆచారంగా వస్తున్న ఆచారాన్ని తర, తరాలుగా ఆచరిస్తూనే వున్నారు. అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు. కానీ కొన్ని విషయాలు ఆలోచించాలి. ఆలోచించవలసిన అవసరం కూడా వుంది.

చూడండి గ్రామ దేవతల మహత్యాలు గురించి చెప్పిన వాళ్ళు, వాటిని వ్రాసిన వాళ్ళు వున్నారు కానీ, గ్రామ దేవతలు చెప్పిన సందేశాలు ఎక్కడైనా వున్నాయా? మరి గ్రామ దేవతలు అంత గొప్పవారైనపుడు, అన్ని మహత్యాలు కలిగి వున్నపుడు వారు శ్రీ కృష్ణునిలా, బుద్ధునిలా, జీసస్‌లా, మహ్మద్ లా గొప్ప సందేశాలు ఎందుకివ్వలేదు? గ్రామ దేవతల మహత్యాలు వ్రాసిన వారు ఆ దేవతల సందేశాలు ఎందుకు వ్రాయలేదు? అంతటి గొప్ప శక్తులున్న దేవతలు సందేశాలు ఎందుకు ఇవ్వలేదు? అంటే మహత్యాలు వ్రాసిన వారికి ఏ రకమైన సందేశాలు తెలియవు, అందుకే వ్రాయలేదు. ఆ దేవతల పేరు చెప్పి తమకు నచ్చినవి, ఇష్టమైనవి మాత్రమే వ్రాసుకున్నారు.

గ్రామ దేవతలు గొప్పవారవుతే ఖచ్చితంగా గొప్ప గొప్ప సందేశాలు ఇచ్చి వుండేవారు. అందుచేత తెలుసుకోండి. గొప్పతనం గ్రామ దేవతలలో లేదు. వారిని సృష్టించిన వారిలో వుంది. వారి తెలివిలో వుంది. ఇది సామాన్యులు అర్థం చేసుకోవాలి. ముఖ్యంగా తెలుసుకోవలసింది ఏ దేవతలనైనా, దేవుళ్ళనైనా ఆరాధిం చడం కాదు, వారు చెప్పినవి ఆచరించాలి. ప్రార్థించడం కాదు. వారు చెప్పినవి పాటించాలి. గొప్పవారి విషయంలో చేయవలసింది ఇదే. అలా చేసిన వారి జీవితమే ధన్యం. అలా శ్రీ కృష్ణ భగవానుడు ఉపదేశించిన గీతనైనా, జీసస్ ప్రవచించిన బైబిలునైనా, మహ్మద్ ప్రవక్త చెప్పిన ఖురానునైనా అర్థం చేసుకుని ఆచరించాలి. బుద్ధ భగవానుని సందేశాలు ఆచరించాలి. అంతేకానీ మూర్ఖంగా హింసిస్తే, మూగజీవులను చంపితే నష్టపోవడమే కాదు. ఇంకా ఎక్కువ కష్టాలు వస్తాయి.

హిరణ్య కశ్యపుడు - ప్రహ్లాదుడు

అందరూ సింహాచలం, యాదగిరిగుట్ట లక్ష్మీనరసింహస్వామి వారి గుడికి వెళ్ళి ఆరాధిస్తూ వుంటారు. రక్షించమని, కాపాడమని వేడుకుంటారు. కానీ నరసింహస్వామి ఎవరిని రక్షించాడో ఆలోచించరు. కానీ ఆయన ఎవరిని రక్షించాడో తెలుసుకోవాలి. ఎంతసేపూ పూజలు చేసి కొబ్బరికాయలు, అరటిపళ్ళు ఇచ్చి రక్షించమని ప్రార్థిస్తున్నారు కానీ అంతకన్నా ఆలోచించడం లేదు. కానీ ఆలోచించాలి.

గమనిస్తే నరసింహస్వామి హిరణ్యకశ్యపుని శిక్షించాడు, ప్రహ్లాదుని రక్షించాడు. మరి హిరణ్యకశ్యపుడు ఎందుకు శిక్షింపబడ్డాడు? ప్రహ్లాదుడు ఎందుకు రక్షింపబడ్డాడు? ఆలోచించాలి కదా? మనం కూడా రక్షింపబడాలంటే ప్రహ్లాదునిలా ప్రవర్తించాలి. శిక్షింపబడకూడదంటే, హిరణ్యకశ్యపునిలా ప్రవర్తించకూడదు.

హిరణ్యకశ్యపుడు ముల్లోకాలను జయించడమేకాదు, ముల్లోకాలలోని సంపదలు గొప్పవని విర్రవీగాడు. అంటే ధనం గొప్పదని భావించాడు. ఆ ధనాన్ని అనుభవించమని, రాజ్యాన్ని ఏలుకోమని కొడుకు ప్రహ్లాదునికి సలహా ఇచ్చాడు. కానీ ప్రహ్లాదుడు ముల్లోకాల కంటే! ముల్లోకాలను సృష్టించిన ఆ నారాయణుడు అంటే భగవంతుడు అంటే ఆత్మ గొప్పదని భావించాడు. మూడు లోకాలలోని సంపదలు భగవంతుని ముందు అల్పమైనవని, అశాశ్వతమైనవని అటువంటివి నాకు అవసరం లేదని, నాకు అన్నిటి కంటే గొప్పవాడైన నారాయణుడే అంటే సృష్టి కర్తే ముఖ్యమని, ఆయనే కావాలని చెప్పాడు. తండ్రి ఎన్ని రకాలుగా నచ్చచెప్పినా, వేధించినా వినలేదు, మారలేదు.

హిరణ్య కశ్యపుడు సృష్టి గొప్పదంటే ప్రహ్లాదుడు సృష్టికర్త గొప్పవాడన్నాడు. హిరణ్య కశ్యపుడు ధనం గొప్పదంటే ప్రహ్లాదుడు ధర్మము గొప్పదన్నాడు.

హిరణ్య కశ్యపుడు నేనే గొప్పవాడినంటే ప్రహ్లాదుడు అంతా గొప్పవారే అందరిలో వున్నది ఆ భగవంతుడే అన్నాడు.

హిరణ్య కశ్యపుడు భగవంతుడు లేడంటే ఆయన అంతటా వున్నాడన్నాడు.

హిరణ్య కశ్యపుడు అధికారం గొప్పదంటే ప్రహ్లాదుడు భక్తి గొప్పదన్నాడు.

హిరణ్య కశ్యపుడు హింసను పాటిస్తే, ప్రహ్లాదుడు అంతా ఒక్కటే, అన్నిటిలో వున్నది భగవంతుడని గ్రహించి అహింసను పాటించాడు.

అలా అధికారమదంతో నేనే గొప్పవాడినని విర్రవీగుతూ తనకంటే తక్కువ వారిని, బలహీనులను, అల్పులను, సామాన్యులను తన ఆధిపత్యం కోసం తన సరదా కోసం వేధించడం, తనను కాదన్న వారిని హింసించడం, చంపించడం చేస్తూ తనకు తిరుగు లేదని, నేను ఏం చేసినా కాదనగలవారు ఎవరున్నారని?

భగవంతుడు ఎక్కడున్నాడని? నియంతలా హిరణ్య కశ్యపుడు విర్రవీగేవాడు.

ఇక్కడ గమనిస్తే హింస చేస్తూ హిరణ్య కశ్యపుడు రాక్షసుడయ్యాడు. కానీ సత్యాన్ని ఆశ్రయించిన ప్రహ్లాదుడు భక్తుడయ్యాడు. అంతేకాదు రాక్షసుడయిన హిరణ్యకశ్యపుడు శిక్షింపబడ్డాడు. సత్యాన్ని ఆశ్రయించిన ప్రహ్లాదుడు రక్షించబడ్డాడు. అంతేకాదు హిరణ్యకశ్యపుడు పాతాళ లోకానికి చేరుకున్నాడు. ప్రహ్లాదుడు సత్యలోకానికి అంటే భగవంతుడు వుండే లోకానికి చేరుకున్నాడు.

అందుచేత తెలుసుకోండి హిరణ్యకశ్యపుల్లాగ ప్రవర్తించకండి. ప్రహ్లాదుడిలా జీవించండి. మీ జీవితం కూడా ధన్యమవుతుంది. నరసింహస్వామి రక్షణ పొందండి.

ప్రస్తుతం లోకంలో హిరణ్యకశ్యపులే ఎక్కువ వున్నారు. వారు ప్రహ్లాదుడు లాంటి తమ పిల్లల్ని బలం, బలం అని చెప్పి మాంసం తినమని ప్రోత్సహిస్తున్నారు, వేధిస్తున్నారు, బాధిస్తున్నారు. 'అంతే కాదు ధనం సంపాదించమని, ధనమే గొప్పదని, తాము సంపాదించిన ధనం ఇంకా పెంచమని' ప్రోత్సహిస్తున్నారు. అంటే ఒక రకంగా హిరణ్యకశపుల్లా తయారుకమ్మని ప్రోత్సహిస్తున్నారు. అంతేకానీ ప్రహ్లాదుడిలా అవ్వమని ప్రోత్సహించడం లేదు. హింస కంటే ప్రేమ, దయ గొప్పదని, ధనం కంటే దైవమే గొప్పవాడని, అధర్మం కాదు – ధర్మమే గొప్పదని పిల్లలకు బోధించే తల్లిదండ్రులే కనిపించడం లేదు.

హిరణ్యకశ్యపుడు ఎంత వేధించినా, భాధించినా ప్రహ్లాదుడు తట్టుకున్నాడు. తండ్రిని ఎదిరించాడు. చివరకు భగవంతుని సాధించాడు. గొప్పవాడయ్యాడు. చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోయాడు. కానీ ప్రస్తుతం పిల్లలకు ప్రహ్లాదునిలా తల్లిదండ్రులను ఎదిరించే శక్తి లేదు. అందుచేత హింసకు అలవాటు పడిపోతున్నారు. మాంసం తినేస్తున్నారు. హిరణ్యకశ్యపుని మార్గంలోకి వెళ్ళిపోతున్నారు.

ఆలోచించండి అంతటి వరాలు పొందినవాడు, ముల్లోకాలను జయించిన వాడు, అందరి మీద ఆధిపత్యం కలిగిన వాడైనా సరే చివరకు ఎంత దారుణంగా భగవంతునిచే శిక్షింపబడ్డాడు, చంపబడ్డాడో మనం బాగా ఆలోచించాలి.

కొంచెం ఆలోచించండి మనం హిరణ్యకశ్యపులంత ధనవంతులమా? బలవంతులమా? వరాలు పొందామా? ముల్లోక ఆధిపత్యం వుందా? ఆలోచించండి. మనకు ప్రస్తుతం వున్నది ఎంత? కోటానుకోట్ల లోకాలలో భూమి ఒకటి. ఈ భూ మండలంలో వుండే అనేక దేశాలలో మన దేశం ఒకటి. అలాగే మన దేశంలోని అనేక రాష్ట్రాలలో మన రాష్ట్రం ఒకటి. అలాగే మన రాష్ట్రంలోని అనేక జిల్లాలలో మన జిల్లా ఒకటి. మన జిల్లాలో అనేక మండలాలలో మన మండలం ఒకటి. మన మండలంలోని అనేక గ్రామాలలో మన గ్రామం ఒకటి. అలాంటి గ్రామంలో వున్న లక్షల ఇళ్ళలో మన ఇల్లు ఒకటి. లేదా ఇళ్ళు కొన్ని. భగవంతుని అనంతమైన సృష్టిలో అల్పమైన ఒక ఇంటికి యజమాని అయినంత మాత్రాన ఎంత విర్రవీగుతాం?

ఎంత గర్విస్తాం? ఆ ఇంటిని చూసుకుని ఎంత మురిసిపోతాం? ఈ మాత్రం దానికే విర్రవీగుతూ ఏమీ ఆలోచించమే, నేనే గొప్పవాడిననుకుంటూ, నా ఇష్టమనుకుంటూ భగవంతుని సృష్టిలో వున్నా, భగవంతుని రూపాలైన ఆ జంతువులకు, ఆ అమాయకపు మూగ జీవులను ఎంత క్రూరంగా హింసిస్తున్నాం, చంపుతున్నాం, వాటి మాంసాన్ని భక్షిస్తున్నాం. పైగా ఎందుకు తినకూడదు? అని ప్రశ్నిస్తున్నాం. తింటే ఏమవుతుందని? ఎవరు ఏం చేస్తారని? ఎదురు ప్రశ్న వేస్తున్నాం. నేను తింటాను ఏమయ్యింది? ఏమవుతుంది? అని వాదిస్తున్నాం. వాడు తినడం లేదా? వీడు తినడం లేదా? అని ప్రశ్నిస్తున్నాం. నేను తింటాను, తింటే ఎవరు ఏం చేయగలరని ప్రశ్నిస్తున్నాం.

ఆలోచించండి హిరణ్య కశ్యపునిలో ఆయనకున్న శక్తులలో మన శక్తులెంత? మనమెంత? అంతటి హిరణ్య కశ్యపుడే భగవంతునిచే శిక్షింపబడ్డాడే! విర్రవీగి చివరకు సర్వనాశనం అయ్యాడే! ఆలోచించండి మనమెంత? అలా సృష్టికి విరుద్ధంగా, సృష్టి ధర్మాలకు విరుద్ధంగా ప్రవర్తిస్తే మనం కూడా శిక్షింపబడమా? జీవితాన్ని నాశనం చేసుకోమా? అందుచేత హిరణ్య కశ్యపునిలా ప్రవర్తించవద్దు. ప్రహ్లాదునిలా జీవిద్దాం. భగవంతుని గురించి తెలుసుకుందాం. ఆయన శక్తిని అర్థం చేసుకుందాం. ఈ సృష్టిలో మన పాత్ర ఎంతో? తెలుసుకుందాం.

ప్రహ్లాదుడు భగవంతుని గురించి, సృష్టి గురించి పూర్తిగా అర్థం చేసుకున్నాడు. సృష్టిలో ప్రతీది భగవంతుడే ఆయన అందరిలోను, అన్ని జీవులలోను ఆత్మ రూపంలో వున్నాడని తెలుసుకున్నాడు. అందుచేత అన్నిటిని ప్రేమించాడు. అన్నిటిని సమానంగా భావించాడు. అలా అందరిలోను, తనలో వున్న భగవంతుని ధ్యాసలోనే అంటే ధ్యానంలోనే ఎప్పుడూ వుండేవాడు. అందుకే హిరణ్య కశ్యపుడు ఎన్ని కష్టాలు పెట్టినా ఎన్ని రకాలుగా చంపించే ప్రయత్నం చేసినా లెక్క చేయలేదు. హిరణ్యకశ్యపుడు కూడా ఏమీ చేయలేకపోయాడు.

దీని అర్థం మనం కూడా ఈ సత్యాన్ని అర్థం చేసుకుని వేటిని హింసించ కూడదు. భగవంతుని మీద అంటే ఆత్మ మీదే దృష్టి వుంచాలి. అంటే ధ్యానం చేస్తే అలా చేస్తే మనం కూడా తప్పనిసరిగా రక్షింపబడతాం. ఎన్ని కష్టాలు వచ్చినా మనల్ని ఏమీ చెయ్యలేవు. అందుచేత కష్టాలు వచ్చాయని ప్రార్థించడం కాదు. ఈ సత్యం తెలుసుకుని కష్టాలు లేకపోయినా ధ్యానం చెయ్యాలి. అసలు మనకు కష్టాలే రావు. అంతేకాదు ధర్మంగా సంపాదించుకోవచ్చు. సంసారం చేసుకోవచ్చు. కానీ ఉన్నదానితో తృప్తి పడాలి. ఉన్నంతలో అనుభవించాలి. హిరణ్యకశ్యపునిలా అన్నీ సంపాదించాలి. అందరికంటే గొప్పవాడినవ్వాలి అని అనుకోకండి. సంపాదించి విర్రవీగకండి. వేటినీ హింసించకండి. ప్రహ్లాదునిలా ధ్యానం చెయ్యండి. అపుడు మన జీవితమే ధన్యమవుతుంది.

తానొకటి తలిస్తే దైవమొకటి తలుస్తాడు

"తానొకటి తలిస్తే దైవం ఇంకొకటి తలుస్తాడు" అన్నది ఎవరి జీవితం చూసినా వాస్తవమేననిపిస్తుంది.

అలాగే జరుగుతూ వుంటుందని బాధపడుతూ వుంటారు. కానీ అంతకన్నా ఆలోచించరు. ఆలోచిస్తేనే తెలుస్తుంది. అలా ఎందుకు జరుగుతుందోనని. అప్పుడు ఏం చెయ్యాలో కూడా తెలుస్తుంది? ఏం తలవాలో కూడా తెలుస్తుంది.

"తానొకటి తలిస్తే దైవమొకటి తలుస్తాడు" అన్నది అవగాహన లేని అభిప్రాయం. కారణం దైవం ఏమీ తలవడు. ఆయన సాక్షీభూతుడు. ఆయనలో ఏ లోపమూ లేదు. లోపమంతా మనలోనే వుంది.

కారణం మనం తలచిందే తప్పు. మనం తప్పు తలచి, తలచిన తప్పునే చేస్తే ఫలితం విరుద్ధంగా రాకుండా ఎలా వుంటుంది? దానిని దైవం మీదకు నెడుతున్నాం. ఆలోచించండి. ఈ సృష్టిలో తప్పు ఒప్పు అవుతుందా? తప్పు తప్పే! ఒప్పు ఒప్పే. అందుచేత తప్పు తలచి, తప్పు చేసి, తప్పు ఫలితం పొంది దైవం వేరే తలచింది అని అంటే ఎలా? దైవం దగ్గర అంతా ఒప్పే వుంది. దైవం దగ్గర తప్పన్నదే వుండదు.

మనకు ఒప్పేదో తప్పేదో తెలియక తప్పు తలచి దైవం మరొకటి తలచింది అని వాపోతున్నాం. ఎందుచేతనంటే ఈ సృష్టిలో మనం భ్రాంతిపడేవన్నీ, ఆశపడేవన్నీ, కోరేవన్నీ తప్పే కారణం అవి ఏవీ వుండవు. కారణం ఏవీ శాశ్వతం కావు. శాశ్వతం కాని వాటిని, వుండని వాటిని కోరి అవి వుండకపోతే బాధపడతాం. రోదిస్తాం.

అసలు ఎవరు శాశ్వతం చెప్పండి? ఎవరు వుంటారు చెప్పండి? అలాంటి శాశ్వతం కాని వారిని వివాహమాడి, అలాంటి శాశ్వతం కాని వారిని కని వారు దూరమైతే నేను ఒకటి అనుకుంటే దైవం ఇంకొకటి చేశాడు నా వాళ్ళను దూరం చేశాడు అని ఏడుస్తాం.

ఎన్నో వేల సంవత్సరాల నుంచి చూస్తున్నాం. ఎవరు వున్నారు? ఇది గమనిస్తే తెలియదా? మరి దేనికి దుఃఖం. ఉండనివి ఉంటాయనుకోవడం, వాటిని పొందాలనుకోవడం అలా తలవడం మన తప్పు. తప్పుగా తలచి దైవం వేరొకటి తలచింది అని దైవాన్ని తప్పు పడుతున్నాం.

కానీ తప్పు మనదే. మన తలంపే తప్పు. అందుచేత తప్పు తెలుసుకోండి. దైవాన్ని నిందించకండి. మరి ఏది ఒప్పు? అంటే ఈ సృష్టిలో దైవం ఒక్కటే ఒప్పు. దైవాన్ని తప్ప ఇంక ఏది తలచినా అన్నీ తప్పే!

ఎందుచేతనంటే ఈ సృష్టిలో దైవం తప్ప అన్నీ అశాశ్వతమైనవే. ఆఖరికి మనం కూడా! అందుచేత వేటినీ కోరకండి. ఆశించకండి. భ్రాంతి పడకండి. వాటి కోసం పాపాలు చెయ్యకండి.

దైవాన్ని కోరుకోండి! తలచుకోండి! ప్రయత్నించండి! అప్పుడు మీరు తలచింది తప్పు అవదు. ఒప్పే అవుతుంది. దైవాన్నే తలిస్తే ఈ సృష్టిలో దైవం కాక మరేముంది? అందుచేత దైవం వేరే తలవటానికి ఏమి వుంటుంది? వున్నది ఆయనే కదా? అందుచేత దైవాన్ని తలవండి! దైవమెవరో తెలుసుకోండి! దేవుడు ఎలా వుంటాడో తెలుసుకోండి! ఎక్కడ వుంటాడో తెలుసుకోండి. ఎలా చేరుకోవాలో తెలుసుకోండి! ముందు ఈ పని చెయ్యండి.

కారణం ఈ సృష్టిలో మనం ఏది ఊహించినా, అది చాలా స్వల్పం. అల్పం మాత్రమే. అన్నీ మనం వూహించలేం. వూహించే శక్తి మన దగ్గర లేదు. అందుచేత అంతా దైవమే కాబట్టి, దైవాన్ని వూహిస్తే అన్నీ వూహించినట్టే, దైవాన్ని పొందితే అన్నీ పొందినట్టే.

మరి దైవం ఎవరు? కంటికి కనపడని అనంతమైన శక్తి. ఎలా వుంటాడు? ఆత్మ రూపంలో వుంటాడు. ఎక్కడ వుంటాడు? అందరిలోనూ మనలోనూ వుంటాడు. ఆయన్ను పొందే మార్గం? 'శ్వాస మీద ధ్యాస' వుంచి ధ్యానం చెయ్యాలి. అందుచేత ధ్యానం చెయ్యండి. దైవాన్ని పొందండి. ఏవేవో తలచి దైవం వేరే తలచిందని బాధపడకండి. **"దైవాన్నే తలవండి. దైవం వేరే తలవటానికి ఆస్కారం ఇవ్వకండి".**



సాయం చెయ్యాలా?

చాలా మంది అడుగుతూ వుంటారు. నేను బాధలో వున్నవారికి, సాయం అర్థించిన వారికి, కుష్టు రోగులకు, కష్టాలలో వున్న వారికి సాయం చేయవచ్చా? వారిని ఆదుకోవచ్చా?

కానీ ఆలోచిస్తే అంత జాలి గుండె వున్నవాడు కోళ్ళ పట్ల, మేకల పట్ల, మూగ జీవుల పట్ల ఎందుకు జాలి చూపించరు? అలా చూపించట్లేదంటే వారికి నిజంగా జాలి లేదనేగా? వూరికే అలా అడుగుతారు కానీ, అడిగే వారు అన్నిటి పట్ల జాలి చూపించాలి.

అంతెందుకు అసలు తమ జీవితం బాగుందా? తమకి ఎవరి సాయం అవసరం లేదా? తానే పై వాడి సాయం రోజూ అర్థిస్తున్నాడే! తానే ఆపదలలో వున్నానని మొరపెట్టుకుంటున్నాడే! ఆపదలలో వున్నానని సాయం కోరుతున్న తాను ఇతరులకు సాయం ఎలా చెయ్యగలడు?

ముందు తనను తాను ఉద్ధరించుకోవాలి. తరువాతే లోకం గురించి ఆలోచించాలి. రామకృష్ణ మిషన్ వారు చెపుతారు "ఆత్మనో మోక్షాయచ జగత్ విదాయచ" అంటే ముందు ఆత్మకు మోక్షం అంటే తనకు మోక్షం సంపాదించుకోవాలి. తరువాతే జగత్‌కు హితం. అంటే లోకానికి, లోకులకు సాయం చెయ్యాలని వారి సందేశం. తనకు మోక్షం లేకుండా లోకులకు ఉపకారం ఎలా చేస్తారు?

కోరకూడదు - కృషి చెయ్యాలి

భగవంతుని కోరే వాళ్ళు కంటే చేరే వాళ్ళే గొప్ప వాళ్ళు, అదృష్ట వంతులు. కానీ చాలా మంది భగవంతుని ఎలా చేరాలో తెలియక ఎంతసేపూ ఏదో పేరు పెట్టి పిలుస్తూ నన్ను చేర్చుకో, నీ దరికి చేర్చుకో, నీలో కలుపుకో అంటూ ప్రార్థిస్తూంటారు. కానీ అలా ఎన్ని జన్మలెత్తినా చేరలేరు.

భగవంతుని చేరాలంటే ముందుగా ఆయన ఎలా వుంటాడు? ఎక్కడ వుంటాడో తెలుసుకోవాలి. చేరే మార్గం తెలుసుకోవాలి. చేరడానికి కృషి చెయ్యాలి అంటే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. అప్పుడే ఆయన్ను చేరగలరు. ఆ కృషే ధ్యాన సాధన. ధ్యానం చేస్తే ఎవరయినా భగవంతుని చేరగలుగుతారు.

అంతేకానీ కోరిన వారినల్లా చేర్చేసుకుని మోక్షాన్ని ఇచ్చేస్తే భూమి మీద ఎవరు వుంటారు? ఇక ఈ సృష్టి చెయ్యడం దేనికి? సృష్టింప బడిన ప్రతీ వారు కొంచెం కష్టం రాగానే, వెంటనే కోరేస్తారు కదా? అందుకే ఆ పని ఆయన చెయ్యడు. అది ఎవరికి వారు చేసుకోవాలి. కష్టపడి కృషి చెయ్యాలి. అలాంటి వారికే అది సాధ్యం. అంతటి మహోన్నతమైన, బ్రహ్మానందభరితమైన అవకాశం ధ్యాన సాధన చేసిన వారికే సాధ్యం.

అభిమానం

ఒక్కొక్కరికి ఒక్కొక్కరకమైన వాటి మీద అభిమానం వుంటుంది. అంటే ఇష్టం వుంటుంది.

కొంతమంది కుటుంబం మీద, కొంతమందికి సంసారం మీద, కొంతమందికి కులం మీద, కొంతమందికి మతం మీద, కొంతమందికి ప్రాంతం మీద, కొంతమందికి దేశం మీద, ఇంకా కొంతమందికి భాష మీద, చాలా మందికి దేహం మీద అభిమానం వుంటుంది. కానీ ఎన్ని అభిమానాలు వున్నా ఎన్నిటి మీద అభిమానం వున్నా ముక్తి రాదు. కష్టాలు పోవు. దుఃఖం పోదు. అన్నిటి కంటే ఆత్మాభిమానం వున్నప్పుడే దుఃఖం పోతుంది, కష్టాలు పోతాయి, ముక్తి వస్తుంది. కారణం అన్నిటికంటే ఈ సృష్టిలో ఆత్మే గొప్పది కాబట్టి.

అందుచేత ఆత్మను అభిమానించి, ఆత్మను ఆశ్రయించండి. ఆత్మను ఆశ్రయించాలంటే ధ్యానం చెయ్యాలి.

ఉదాహరణకు కొంతమంది ఒక జన్మంతా భాషనే అభిమానిస్తారు. ఆ భాష తప్ప ఇంకొక భాష మాట్లాడరు. కనీసం ఇంకొక భాషా పదాన్ని కూడా ఉపయోగించరు. ఇంకొక పదాన్ని ఎవరైనా ఉపయోగిస్తే వారు ఏదో పాపం చేసినట్టుగా భావిస్తారు. అదేదో సృష్టి విరుద్ధము, ధర్మ విరుద్ధమన్నట్టుగా చెపుతారు. తానే గొప్పపని చేస్తున్నట్టుగా పొంగిపోతారు. అలాగే మరికొంతమంది దేహం మీద, కొంతమంది ధనం మీద, కొంతమంది కులం మీద, కొంతమంది మతం మీద, కొంతమంది ప్రాంతం మీద అభిమానం చూపిస్తారు. జన్మంతా అలాగే జీవిస్తారు.

మానవులు ఒక్కో జన్మలో ఒక్కొక్క దానిని అభిమానించి ఆ సరదా తీర్చుకుంటారు. అలా ఎన్నో జన్మలు గడుపుతూ వుంటారు, వృధా చేసుకుం టారు. దానితో పాటు ప్రతీ జన్మలో కష్టాలు, బాధలు, దుఃఖం అనుభవిస్తారు.

మరి వీటి నుంచి బయటపడాలంటే ఆత్మను అభిమానించడం తప్పనిసరి. మరొక మార్గం లేదు. అందుచేత ఆత్మాభిమానం పెంచే ధ్యానం చెయ్యాలి. ధ్యానం ఇష్టంగా చెయ్యాలి. అలా చేస్తున్నారంటే మీకు ఆత్మాభిమానం వున్నట్టు. భాష అంటే ఇష్టపడితే మీకు భాషాభిమానం వున్నట్టు. కులం అంటే ఇష్టపడితే మీకు కులాభిమానం వున్నట్టు. మతం అంటే ఇష్టపడితే మతాభిమానం వున్నట్టు. ఒక రకంగా ఆత్మను అభిమానించడం అంటే భగవంతుని అభిమానించినట్టే. కారణం ఆత్మే భగవంతుడు కాబట్టి.

అలాగే ధ్యానం అంటే ఇష్టపడితే ఆత్మాభిమానం వున్నట్టు. లోకంలో ఎవరు గొప్పవారంటే ఆత్మాభిమానం వున్నవాళ్ళు అంటే ధ్యానం చేసేవాళ్ళు.

అలా ఆత్మను అభిమానించేవాళ్ళు అంతరాత్మ చెప్పిన ధర్మాలు పాటిస్తారు. సృష్టికి అనుగుణంగా నడచుకుంటారు, కష్టాలు రావు, ఎప్పుడూ ఆనందంగా జీవిస్తారు. చివరకు ముక్తిని పొందుతారు.

దేవుడు రక్షకుడా?

చాలా మంది తమ ఇష్ట దైవం గురించి ఈ విధంగా భావిస్తూ వుంటారు. తమ దైవానికి అందరూ సమానమని పాపులైనా–పుణ్యులైనా, సన్మార్గులైనా–దుర్మార్గులైనా, ఆయనకు ఒక్కటే అని. ఆయనను శరణు వేడిన వారిని ఆయన కరుణతో రక్షిస్తూ వుంటాడని నమ్ముతూ వుంటారు, చెపుతూ వుంటారు. అందుచేత తమకు తెలిసిన, నచ్చిన మార్గంలో ఆయన్ను ఆశ్రయించినట్లయితే అంటే ఆరాధించినట్లయితే తమ కష్టాలు తీరుస్తాడని విశ్వసిస్తూ వుంటారు.

ఇక్కడ ఆలోచిస్తే వీరంతా నమ్మేది కొంత వరకు సరైనదే! ఎందుచేతనంటే ఆయనకు అందరూ సమానులే. కారణమేమిటంటే అందరూ ఒక్కటే కనుక. అందరూ ఆయన రూపాలే కనుక. కారణం అంతా ఆయన నుంచి ఉద్భవించిన వారే. అందుచేత అంతా ఆయనలో భాగాలే. అంతా ఆయనే! అందుచేత ఈ సత్యం తెలిసిన వారికి ఎవరి మీద ద్వేషముంటుంది? ఎవరి మీద ప్రత్యేకమైన ప్రేమ వుంటుంది ?

మీ శరీరంలోని అన్ని భాగాలు మీకు ఒక్కటే కదా? ఏ భాగాన్ని ఎక్కువగా ప్రేమిస్తారు? ఏ భాగాన్ని అసహ్యించుకుంటారు? అన్నీ మీకు అవసరమే కదా? దేని విశిష్టత దానిదే కదా? పొరపాటున మీ పన్ను నాలికను కొరికిందనుకోండి! మీకు చాలా బాధ కలుగుతుంది. అందుకని మీరు పన్ను మీద కోపించి ఆ పన్నును పీకేస్తారా? శిక్షిస్తారా? అలా చెయ్యరు కదా?

అలాగే ఒక పండును చాకుతో కోస్తున్నప్పుడు రెండో చెయ్యి తెగిందనుకోండి కోసిన చేతిని శిక్షిస్తారా? ఆ చెయ్యిను కూడా కోసి శిక్ష వేస్తారా? అలా చేస్తే బాధ ఎవరికి? మీకే కదా. అలా కోసిందని ఆ చెయ్యి మీద కోపం కలుగుతుందా? కలుగదు కదా? అలా చేస్తే ఆ బాధ కూడా మీకే కదా? అందుచేత మీకు మీ శరీరంలోని అన్ని భాగాలు సమానమే. కాబట్టి మీకు వేటిమీద ద్వేషం వుండదు.

అలాగే దేవుళ్ళకు కూడా! వారికి అందరూ సమానం. అన్ని జీవులు సమానం కారణం అన్నీ ఆయన రూపాలే కనుక. కానీ ఇక్కడ మనం గ్రహించవలసింది ఒకటుంది. ఆయనకు అందరూ సమానమే కానీ, అందరికీ ఈ దృష్టి లేదు. వారందరి దృష్టిలో అంతా వేరు వేరు. దేవుళ్ళకు వారు మాత్రమే ప్రత్యేకమనుకుంటారు. అందుకే అందరి ప్రవర్తన అలా వుంది. వేరు వేరు కుటుంబాలని, కులాలని, మతాలని, ప్రాంతాలని భావిస్తున్నారు. అలాగే ప్రవర్తిస్తున్నారు.

ఇక్కడ మనం తెలుసుకోవలసిందేమిటంటే దేవుళ్ళకు మంచివారు, దుష్టులు ఇద్దరూ సమానమే! కానీ వారు కరుణామయులు దుష్టులను, పాపులను రక్షిస్తాడు అన్న విషయమే అర్థం చేసుకోవాలి. కారణం ఇక్కడ ఏ దేవుడు ఎవరినీ రక్షించడు. ఎవరినీ శిక్షించడు. ఎవరికి వారు, వారు చేసుకున్న కర్మలను బట్టి అనుభవిస్తూ వుంటారు. మంచి కర్మలు చేసుకున్నవారు భోగం అనుభవిస్తారు. పాపకర్మలు చేసుకున్నవారు రోగాలు, కష్టాలు అనుభవిస్తారు.

దేవుళ్ళనే వారు ఎవరి కష్టాలు తీర్చరు కాని, కష్టాలు తొలగించుకునే మార్గం బోధిస్తారు. మరల కష్టాలు రాకుండా వుండాలంటే ఏం చెయ్యాలో? ఎలా ప్రవర్తించాలో? తెలియచేస్తారు. అది కూడా వారు శరీరం ధరించి వున్నప్పుడు, వారిని ఆశ్రయించినపుడు, అలా బోధించడమన్నది, దారి చూపించడమన్నది వారి ధర్మం. వారు భూమి మీద అవతరించింది, దేహం తీసుకున్నది కూడా అందుకే.

దీనిని బట్టి మనం తెలుసుకోవలసింది “దేవుడు కరుణామయుడు, వారికి అంతా సమానం వారు అందరినీ పాపాల నుంచి కష్టాల నుంచి రక్షిస్తాడు” అనుకుంటూ పాపాలు చేస్తే, కష్టాలు, రోగాలు తప్పవు. అలా పాపాలు చేసి రోగాలు తెచ్చుకుంటే ఖచ్చితంగా ఎవరికి వారు ఆ కష్టాలను అనుభవించవలసిందే తప్ప ఇంకొక దారి లేదు.

ఆలోచించండి. ఆయన కరుణామయుడయినపుడు, వచ్చిన కష్టం, వచ్చిన రోగం తొలగించడమెందుకు? అసలు కష్టమే రాకుండా, రోగమే రాకుండా చెయ్యవచ్చు కదా? దేవుళ్ళకు అంత శక్తి వున్నప్పుడు ఏ కష్టమూ రాకుండా చెయ్యవచ్చు కదా? మరి లోకంలో కష్టాలు రాకుండా వున్నాయా? రోగాలు లేకుండా వున్నారా?

అసలు ఏ కష్టమూ, ఏ రోగమూ రాకపోతే వాటి నుంచి రక్షించవలసిన అవసరమే లేదు కదా? అలా కొన్నాళ్ళు కష్టాలు, రోగాలు అనుభవించడమెందుకు? తరువాత తొలగించడమెందుకు? అందరి మీద దయ వున్నవాడు కాబట్టి ఎవరికి ఏ కష్టం రాకుండా చెయ్యవచ్చు కదా!

ఇలా అన్నప్పుడు కొంతమంది ఏమంటారంటే ఆయన్ను ఆశ్రయించిన వారిని అంటే పూజించిన వారిని, ప్రార్థించిన వారిని మాత్రమే ఆయన రక్షిస్తాడు. ప్రార్థించనపుడు ఆయన ఎలా ఆదుకుంటాడు అంటారు? అలాంటపుడు ఆయనకు అంతా సమానమన్న మాటకు అర్థం లేనట్టేగా?

ఇంకా ఆలోచించండి. అలా అయితే వారికి మానవుల పూజలు, ప్రార్థనలు చేయించుకోవాలనే ఆశ, కోరిక వున్నట్టే కదా? అంటే వాటి కోసం వారు ఎదురు చూస్తూ వుంటారా? నిజంగా అలాంటివి ఆశించే వారు కోరుకునేవారు దేవుళ్ళు

ఎలా అవుతారు? ఆశలు, కోరికలు మానవులకు వుంటాయి కానీ దేవుళ్ళకు వుండవని తెలుసుకోవాలి. అదే వుంటే వారు దేవుళ్ళే కాదు.

అలా అయితే చాలా మంది కష్టాలు లేని వాళ్ళు కూడా వారికి ఇష్టమైన దేవుళ్ళను పూజించి, ప్రార్థించి, భవిష్యత్తులో కష్టాలు రాకూడదని ప్రార్థిస్తున్నారు. మరి వారికి కష్టాలు రాకుండా వున్నాయా? అంటే లేదు కదా? కష్టాలు ఎప్పుడో ఒకప్పుడు ప్రతి ఒక్కరికి వస్తున్నాయి కదా? వారు ఈ దేవుళ్ళను ప్రార్థించినా, కష్టాలు రాకుండా చెయ్యడం లేదు కదా?

దీనిని బట్టి మనం స్పష్టంగా అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఎవరు చేసుకున్న కర్మలను బట్టి వారు అనుభవిస్తూ వుంటారు. అలా కష్టాలు అనుభవించేవారు ఆ కర్మ తీరగానే కష్టాల నుంచి బయటపడతారు. ఈ సృష్టిలోని కర్మ సిద్ధాంతం అర్థం కాని వారు కష్టం రాగానే ఎవరో ఒకరిని ఆశ్రయిస్తారు. ఏదో ఒక గురువునో, దేవుడినో, లేక ఏదో ఒక మార్గాన్నో అనుసరిస్తారు. కష్టం తీరగానే అలా ఆశ్రయించిన వారి మహిమ అని అనుకుంటారు.

అందుచేత దేవుళ్ళు కష్టాలు తొలగిస్తారనుకుంటూ పాపాలు చేస్తూ హింస చేస్తూ, కష్టాలు తెచ్చుకుంటే అనుభవించక తప్పదని తెలుసుకోవాలి. అలా దేవుళ్ళు వున్నారని, పాపాలు చేసే కంటే! పాపాలు చెయ్యకుండా వుంటేనే మంచిది. ఎందుచేతనంటే పాపమే చెయ్యకపోతే కష్టమే రాదు కదా?

అంతే కాదు వచ్చిన కష్టం పోవాలంటే ఒక్కటే మార్గం. అదే ధ్యాన సాధన. ధ్యానం ఒక్కటే కర్మలు తొలగిస్తుంది. కష్టాల నుండి బయటపడేస్తుంది. ధ్యానం అన్నది ఎవరికి వారు చేసుకొనేది. ఎవరి ప్రయత్నంతో వారు కష్టాల నుంచి బయటపడే మార్గం. అందుచేత హింస చెయ్యొద్దు. భవిష్యత్తులో కష్టాలు రావు. ధ్యానం చెయ్యండి. గతంలో చేసిన పాపాలు రహితమై ప్రస్తుత కష్టాలు కూడా పోతాయి. ఇంతకు తప్ప వేరే మార్గం లేదు.

తెలుసుకోండి **"దేవుళ్ళు రక్షకులనుకోకండి. రక్షించుకునే మార్గం బోధించేవారు".** అందుకే దేవుళ్ళు భూమి మీదకు వచ్చి భగవద్గీత, బైబిలు, ఖుర్ఆన్ లాంటివి బోధించారు.

దేహం - మనస్సు - బుద్ధి - ఆత్మ

తెలుసుకోండి మానవుడు అంటే దేహం ఒక్కటే కాదు. మానవుని దేహంతో పాటు మనస్సు వుంది, బుద్ధి వుంది, ఆత్మ కూడా వుంది.

దేహ స్థితిలో వున్నవారు దేహానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. దేహ సంబంధమైన పనులకు ప్రాముఖ్యమిస్తారు. అలాగే మనో స్థితిలో వున్నవారు మనో సంబంధమైన పనులకు ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. బుద్ధి స్థితిలో వున్నవారు బుద్ధిని ఉపయోగిస్తారు. అన్నీ ఆలోచించి చేస్తారు. లాభించేవే చేస్తారు. అలాగే ఆత్మ స్థితిలో వున్నవారు ఆత్మ సంబంధమైన పనులే చేస్తారు. ఆత్మకు లాభించేవే చేస్తారు.

లోకంలో ఎక్కువగా దేహాన్ని ఉపయోగించి సేవలు, సాధనలు, ఆరాధనలు చేస్తున్నారు. మనస్సును ఉపయోగించి సేవలు, సాధనలు, ఆరాధనలు చేస్తున్నారు. అంతేకానీ బుద్ధిని ఉపయోగించి సేవలు, సాధనలు, ఆరాధనలు చేసేవారు, ఆత్మను ఉపయోగించి సేవలు, సాధనలు, ఆరాధనలు చేసేవారు చాలా తక్కువ.

ఏ స్థితిలో వున్న వారి ప్రవర్తన ఎలా వుంటుంది? వారు ఏ పనులకు ప్రాముఖ్యం ఇస్తారో చూద్దాం.

▲ మనో స్థితిలో వున్న వారు అనుకరిస్తారు. కానీ బుద్ధి స్థితిలో వున్నవారు ఆలోచిస్తారు.

▲ మనో స్థితిలో వున్నవారు అందరూ చేసేదానిని చేస్తారు. కానీ బుద్ధి స్థితిలో వున్నవారు స్వతంత్రంగా వ్యవహరిస్తారు.

▲ మనో స్థితిలో వున్నవారు తన లాభం చూసుకుంటారు. బుద్ధి స్థితిలో వున్న వారు పరుల లాభం కూడా చూస్తారు.

▲ మనో స్థితిలో వున్నవారు అజ్ఞానంలో వుంటారు. బుద్ధి స్థితిలో వున్నవారు జ్ఞానాన్ని పొందుతారు.

▲ మనో స్థితిలో వున్నవారు కష్టాల పాలవుతూంటారు. బుద్ధి స్థితిలో వున్న వారు కష్టాల నుంచి బయట పడతారు.

▲ మనో స్థితిలో వున్నవారు గుళ్ళు కడతారు. కానీ బుద్ధి స్థితిలో వున్నవారు ధ్యాన మందిరాలు కడతారు.

▲ మనో స్థితిలో వున్నవారు పూజలు, భజనలు చేస్తారు. చెబుతారు. కానీ బుద్ధి స్థితిలో వున్నవారు ధ్యానం చేస్తారు, చెబుతారు.

గమనిస్తే దేహం కంటే మనస్సు గొప్పది. మనస్సు కంటే బుద్ధి గొప్పది.

బుద్ధి కంటే ఆత్మ ఇంకా గొప్పది.

మానవులు ఎక్కువగా దేహ శక్తిని, మనో శక్తిని ఉపయోగిస్తున్నారు కానీ, బుద్ధిని, ఆత్మ శక్తిని ఉపయోగించుకోవడం లేదు. దీనికి ముఖ్య కారణం బుద్ధి యొక్క, ఆత్మ యొక్క గొప్పతనం తెలియకపోవడమే. ఎందుచేతనంటే మానవులు, ఎన్నో రకాల సేవలు, ఎన్నో రకాల సాధనలు, ఎన్నో రకాల ఆరాధనలు చేస్తున్నారు. కానీ ఇవన్నీ ఎక్కువగా దేహాన్ని, మనస్సును ఉపయోగించి చేసేవే! అన్నీ దేహ, మనో సంబంధమైనవే చేస్తున్నారు.

దేహ సేవలు అంటే అన్నదానం, వస్త్రదానం, వైద్య సేవలు లాంటివి. మనో సేవలంటే మనస్సుకు ఉల్లాసం కలిగించేవి. సంగీత కార్యక్రమాలు, వినోద కార్యక్రమాలు లాంటివి. అలాగే వాకింగులు, జాగింగులు, యోగాసనాలు, ప్రకృతి ఆహార నియమాల లాంటి దేహ సాధనలు అలాగే మనస్సుకు సంబంధించిన మనో యోగ సాధనలు చేస్తున్నారు. కానీ ఇవన్నీ తాత్కాలిక ఫలితాలు మాత్రమే ఇస్తాయి.

ఇవే కాకుండా పూజలు, భజనలు, ప్రార్ధనలు లాంటి దేహంతో చేసే ఆరాధనలు, నామ జపం, మంత్ర జపం లాంటి మనస్సుతో చేసే ఆరాధనలు లాంటివన్నీ మనకు లోకంలో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. కానీ అంతకు మించిన సాధనలు, ఆరాధనలు మనకు ఎక్కువగా కనిపించవు.

కానీ వీటి కంటే గొప్పవైన ఎక్కువ ఫలితాలనిచ్చే సేవలు, సాధనలు, ఆరాధనలు కూడా వున్నాయి. వాటి వల్ల ఎక్కువ ఫలితాలు శాశ్వతమైన ఫలితాలు జీవితంలో పొందవచ్చు. కానీ వాటికి బుద్ధిని ఉపయోగించాలి. అవే ఆత్మ సాధనలు, ఆత్మ సేవలు, ఆత్మ ఆరాధనలు. ఆత్మకు సంబంధించినవి ఏవైనా ఎందుకు గొప్పవి అంటే ఆత్మే భగవంతుడు కనుక. ఆత్మశక్తి వల్లే దేహం, మనస్సు పని చేస్తున్నాయి కనుక. ఆత్మ వుంటేనే దేహం, మనస్సు వుంటాయి. ఆత్మ లేకపోతే దేహం, మనస్సు రెండు అదృశ్యమైపోతాయి. అందుచేత ఆత్మకు సంబంధించినవే గొప్పవి.

అందుచేత బుద్ధిని ఉపయోగించండి. ఆత్మ గురించి, ఆత్మ శక్తి గురించి తెలుసుకోండి. ఆత్మ మీలోనే వుందని తెలుసుకోండి. ఆత్మ సాధనైన 'ధ్యానం' చెయ్యండి. అందరూ కోరుకునే ముక్తిని పొందండి.

మరి బుద్ధి స్థితికి చేరాలన్నా, బుద్ధిని ఉపయోగించుకోవాలన్నా, ముఖ్యంగా "సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి. శ్వాస మీద ధ్యాసం వుంచి ధ్యానం చెయ్యాలి".

బుద్ధి బలము

గమనించండి. ఏ పని చెయ్యాలన్నా! ముందు చెయ్యాలా? వద్దా? అమ్మాలా? వద్దా? వెళ్ళాలా? వద్దా? చెప్పాలా? వద్దా? మాట్లాడాలా? వద్దా? అని అన్ని విషయాలలో వూగిసలాడుతూ వుంటారు. చివరకు ఒక నిర్ణయానికి వస్తారు.

అలా వూగిసలాడేది మనస్సు. చివరకు నిర్ణయించేది బుద్ధి. అందుచేత జీవితంలో బుద్ధిదే ప్రముఖ పాత్ర. కారణం మానవుడు చేసే పనులను నిర్ణయించేది బుద్ధి మాత్రమే. బుద్ధిని బట్టే మానవుని పనులు వుంటాయి. అలాగే పనులను బట్టే ఫలితాలు వుంటాయి.

చూడండి చాలా మంది ఆలోచించి, ఆలోచించి నిర్ణయం తీసుకుంటారు. కానీ కొంతమందికి నష్టాన్ని కలిగిస్తుంది. మరి కొంతమందికి లాభం చేకూరుస్తుంది. మరి దీనికి కారణం ఏమిటి? అంటే బుద్ధి నిర్ణయించిన దాన్ని బట్టే ఫలితం వుంటుంది. అంటే బుద్ధి మంచిగా నిర్ణయిస్తే మంచి చేస్తారు. మంచి ఫలితం వస్తుంది. చెడుగా నిర్ణయిస్తే చెడు చేస్తారు. చెడు ఫలితం వస్తుంది. బుద్ధి మంచిగా వుంటే వారికి బుద్ధి బలం బాగా వున్నట్టు. అంటే తెలివితేటలు బాగా వున్నట్టు.

చాలా మంది దేహబలానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తారు. అందుకే దేహ పుష్టిని పెంచే మాంసాహారం తింటారు. తినమని పిల్లలను ప్రోత్సహిస్తారు. కానీ దేహబలము కంటే, మనో బలము కంటే బుద్ధి బలమే ఎంతో గొప్పది. ఎందుకో తెలుసుకుందాం.

1) బుద్ధి బలంతో ఎంతటి దేహ బలం వున్నవాడినైనా జయించవచ్చు, సాధించ లేనిది సాధించవచ్చు. ప్రతీ సమస్యకి కారణం తెలుసుకోవచ్చు. సునాయాసంగా అధిగమించవచ్చు.

2) బుద్ధి బలం వున్న వారికి విచక్షణా జ్ఞానం వుంటుంది. వివేకం వుంటుంది. మంచి చెడులు తెలుస్తాయి. ధర్మ అధర్మాలు తెలుస్తాయి. చెయ్యవలసినవి, చెయ్యకూడనివి తెలుసుకుంటారు.

3) బుద్ధునికి అపారమైన బుద్ధి వుంది కాబట్టే దుఃఖానికి కారణం తెలుసుకోగలిగాడు. దుఃఖం నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడే మార్గం తెలుసుకున్నాడు.

4) ఆయనకు బుద్ధి వుంది కాబట్టే తనకు సుఖాలు వున్నా త్యజించి లోక సుఖం కోసం పాటు పడ్డాడు, తాత్కాలిక సుఖం కాదు. శాశ్వత సుఖం గొప్పదన్నాడు.

5) ఆయనకు బుద్ధి వుంది కాబట్టే తాను ఎవరో తెలుసుకున్నాడు. అలాగే ఎవరి

కష్టాలకు కారణం వారేనని తెలుసుకున్నాడు.

6) ఆయనకు బుద్ధి వుంది కాబట్టే చేయవలసిన పనులు, చేయకూడని పనులు తెలుసుకున్నాడు. అంతేకాదు ఎవరూ ఎవరినీ ఉద్ధరించలేరని తెలుసు కున్నాడు. అంతా ఒక్కటే అని తెలుసుకున్నాడు. అందుచేత జీవహింస చేయ కూడదని చెప్పాడు.

అందుచేత బుద్ధి వున్న వాళ్ళే గొప్పవాళ్ళు. బుద్ధి ఎంత వుంటే అంతే గొప్పవాళ్ళు. అంతేకాదు ధనం వున్నవాడికంటే బుద్ధి వున్నవాడే గొప్పవాడు. బుద్ధి వున్నవాడికే ఆత్మజ్ఞానం కలుగుతుంది.

బుద్ధిబలం అంటే తెలివితేటలు వున్న పిల్లలు ఎందులోనైనా రాణిస్తారు. ఏదైనా సాధిస్తారు. అందుచేత మీ పిల్లలకి కూడా బుద్ధి బలాన్ని పెంచే ప్రయత్నం చెయ్యండి. పిల్లలే కాదు. ఎవరైనా సరే బుద్ధిబలం పెంచుకునే ప్రయత్నం చెయ్యాలి. దానికి సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవాలి. శ్వాస మీద ధ్యాస వుంచి ధ్యానం చెయ్యాలి. ఈ రెండు బుద్ధిని బాగా వికసింపచేస్తాయి. అంతేకాదు మృతాహారమైన మాంసాహారం, చేపలు, గుడ్లు అన్నీ బుద్ధిని మందగింప చేసేవే కానీ బుద్ధిని వికసింపచేయలేవు. అందుచేత మాంసాహారం మాని ఫలాహారం తీసుకోండి. చాలా మంచిది.

సద్బుద్ధి - దుర్బుద్ధి

సత్ అంటే సత్యము అంటే భగవంతుడు. అంటే భగవంతుని ఆశయాలకు అనుగుణంగా నిర్ణయించే బుద్ధిని సద్బుద్ధి అంటారు. అలాగే భగవంతుని ఆశయాలకు విరుద్ధంగా నిర్ణయం తీసుకునే బుద్ధిని దుర్బుద్ధి అంటారు.

సద్బుద్ధి కలిగిన వారు సరైన ఆలోచనలు కలిగి వుంటారు. సరైన ఆశయాలు వుంటాయి. వారు లోక కళ్యాణకరమైన పనులు చేస్తారు. ముక్తిని పొందుతారు. దుర్బుద్ధి కలిగిన వారు సరైన ఆలోచనలు చేయరు. సరైన నిర్ణయాలు తీసుకోరు. లోక విరుద్ధమైన పనులు చేస్తారు. చివరకు జీవితంలో దుఃఖం పొందుతారు, నరకాన్ని సృష్టించుకుంటాడు.

సద్బుద్ధి స్వార్థరహితంగా వుంటుంది. దానినే తెలివి అంటారు. దుర్బుద్ధి స్వార్థ పూరితంగా వుంటుంది. దానిని అతి తెలివి అంటారు. ఏదైనా ఎవరికైనా సద్బుద్ధి కలగాలన్నా దుర్బుద్ధి పోవాలన్నా ధ్యానం చెయ్యవలసిందే, సాత్వికమైన శాకాహారం తీసుకోవలసిందే. వేరే మార్గం లేదు.

ఆరాధన - ఆచరణ

అందరూ దేవుళ్ళను ఆరాధించడానికి ప్రాముఖ్యం ఇస్తున్నారు. కానీ, దాని కంటే దేవుళ్ళు చెప్పిన దానిని ఆచరించడమే ముఖ్యమని తెలుసుకోలేకపోతున్నారు.

బోధకులంతా భగవంతుడు చాలా గొప్పవాడు కాబట్టి, ఆయనను ఆరాధించమంటారు. కానీ ఆలోచించండి! అంతటి గొప్పవాడైన భగవంతుడు చెప్పింది ఎంత గొప్పదై వుంటుంది? అందుచేత అంతటి గొప్పవారి సందేశం ఆచరించాలి. అందుచేత ఆరాధన కంటే ఆచరణే ముఖ్యం.

అందరూ భగవంతుని ఆశ్రయిస్తే మీరు రక్షింపబడతారు అని చెపుతారు. కానీ భగవంతుడు నిర్దేశించిన ధర్మాలని ఆచరిస్తేనే ఎవరైనా రక్షించబడతారు. అందుకే "ధర్మో రక్షతి రక్షితః" అంటారు.

అందరూ పాపాలు పోయే మార్గాలు బోధిస్తున్నారు. కానీ పాపాలే చెయ్యకపోతే కష్టాలే రావని తెలుసుకోలేకపోతున్నారు.

అందరూ పరాధీనతనే ప్రోత్సహిస్తున్నారు. కానీ స్వాధీనతే గొప్పదని తెలుసుకోవాలి.

అందరూ అందరినీ పరతంత్రులుగా చేస్తున్నారు. అంటే ఇతరుల మీద ఆధారపడేటట్టు చేస్తున్నారు. కానీ స్వతంత్రంగా జీవించిన వాడే గొప్పవాడు కారణం వాడు మోసపోడు.

అందరూ అన్నీ వేరు వేరు అన్నట్టుగా చెపుతారు. కానీ అంతా ఒకటే ఆఖరుకు ప్రతీ జీవి, జంతువు ఒక్కటే. అన్నీ భగవత్ స్వరూపాలేనని చెప్పాలి. అంతేకాదు దేవుళ్ళను ఇష్టపడడమంటే జీవులను ఇష్టపడడమని చెప్పాలి. దేవుళ్ళను ప్రేమించడమంటే జీవులను ప్రేమించడమని చెప్పాలి.

అందరూ అహింస గురించి చెప్పరు కానీ అన్ని జీవులు భగవత్ స్వరూపాలే కాబట్టి హింస చేయకూడదని, అహింస గురించి చెప్పాలి.

అందరూ దేవుళ్ళను ఆరాధించమంటారు, కానీ దేవుళ్ళను ఆదర్శంగా తీసుకోవాలని తెలుసుకోవాలి. అందరూ దేవుళ్ళని ప్రార్థించమంటారు కానీ దేవుళ్ళు చెప్పింది పాటించడమే ముఖ్యమని తెలుసుకోవాలి. అందరూ దేవుళ్ళు గొప్పవారంటారు. కానీ అంతా దైవస్వరూపాలే కాబట్టి మనం కూడా గొప్పవారమే అందుచేత మనం కూడా గొప్పవారుగా ఎదగాలి.

పత్రీజీ కూడా ఆరాధన కాదు, ఆచరణే ముఖ్యం అంటారు. వీటన్నిటిని అర్థం చేసుకోవాలన్నా, ఆచరించాలన్నా ముఖ్యంగా ఆయన ధ్యానం చెయ్యమంటారు.

విచారణ - ఆచరణ

నిన్ను నీవు తెలుసుకున్నపుడు నీవే భగవంతుడవు అని తెలుస్తుంది. నువ్వు దేహం కాదు ఆత్మవని తెలుస్తుంది. అంతా నువ్వే అని తెలుస్తుంది. అందరూ అంటే సమస్త జీవులు, జీవరాసులు నువ్వే అని తెలుస్తుంది.

ఇక్కడ ఇన్ని కులాలు, మతాలు, ప్రాంతాలు, దేశాలు లేవని తెలుస్తుంది. జంతువులు, ప్రాణులు వేరు కాదని తెలుస్తుంది. నువ్వే అంతటా వున్నావని తెలుస్తుంది. నీకు భిన్నంగా వేరే ఏమీ లేదని తెలుస్తుంది.

నిన్ను నీవు తెలుసుకుంటే అందరిలో వున్నది నువ్వేనని తెలుస్తుంది. ఇంకా అనంతమైన శక్తి నీలోనే వుందని తెలుస్తుంది. నువ్వు ప్రేమ స్వరూపుడవని తెలుస్తుంది. దయ, జాలి, కరుణ నీ సహజ గుణాలని తెలుస్తుంది. నీవు నిర్గుణుడవని తెలుస్తుంది. నీవు భావాలకు అతీతుడవని తెలుస్తుంది. ధర్మమే నీ మార్గమని తెలుస్తుంది. అన్నీ నీవే అంతా నీవేనని తెలుస్తుంది. సర్వజీవులు, సమస్త ప్రాణులు నీవేనని తెలుస్తుంది. చీమ, దోమతో సహా అన్నీ నీవేనని తెలుస్తుంది.

ఇంకా నిన్ను నీవు తెలుసుకుంటే భగవంతుణ్ణి గూర్చి తెలుసుకున్నట్టే. సమస్త సృష్టి గురించి తెలుసుకున్నట్టే. నిన్ను నీవు తెలుసుకుంటే నీకు సమస్తమూ తెలుస్తుంది. అందుకే రమణ మహర్షి ముందు "నిన్ను నీవు తెలుసుకో" అన్నారు. దానిని విచారణ చెయ్యమన్నారు.

కానీ విచారణతోనే ఆగిపోకూడదు. విచారణలో తెలుసుకున్న సత్యాన్ని ఆచరణలోకి తెచ్చుకోవాలి. అలా ఆచరణలోకి తెచ్చుకున్న వారే దైవ స్వరూపులవుతారు. వారు దైవంలా ప్రవర్తిస్తారు. అందుచేత విచారణతో ఆగిపోకూడదు. ఎందుచేతనంటే ఆచరణ లేకపోతే నీవెవరో తెలుసుకున్నా తెలుసుకోనట్టే.

అందుచేత నీవెవరో అనుభవ పూర్వకంగా తెలుసుకోవాలి. అలా తెలుసుకోవాలంటే ధ్యాన సాధన చెయ్యాలి. ధ్యాన సాధన ద్వారా నీలో ఆచరణ వస్తుంది. నీకు నీవుగా జీవించగలుగుతావు. అందుచేత విచారణ వేరు – ఆచరణ వేరు అని తెలుసుకోవాలి. విచారణ వల్ల నీవెవరివో తెలుసుకున్నా నీకు నీవుగా జీవించలేవు. ప్రవర్తించలేవు. ఆచరణే నిన్ను నీవు తెలుసుకున్న స్థితి. అందుచేత ధ్యానం చేద్దాం. మనకి మనంగా జీవిద్దాం.

మానవుడే దేవుడు

ఈ లోకంలో పుట్టినప్పటి నుండి ప్రతీ ఒక్కరికి దేవుడనే వాడు ఒకడు వున్నాడు. ఆయన నిన్ను కాపాడుతాడు. రక్షిస్తాడు, నీ కోరికలు తీరుస్తాడు అని చెప్పబడింది. ఇంకా చెప్పబడుతూనే వుంది కూడా!

ఇంకా నువ్వు మానవుడవు, సామాన్యుడవు, కానీ దేవుడు చాలా గొప్పవాడు, మహిమాన్వితుడు, ఆయన మహిమలు, అద్భుత వింతలు అంటూ నిదర్శనాలు చూపిస్తూ వుంటారు. అలా ప్రతీ ఒక్కరిలో చిన్న నాటి నుండే ఇది నాటడం వల్ల, చనిపోయే వరకూ అలాంటి పూర్తి నమ్మకంతో, మూఢనమ్మకంతో జీవిస్తున్నారు. రకరకాల ఆరాధనలు చేస్తున్నారు.

కానీ దేవుడు ఎక్కడో లేడు, 'నువ్వే దేవుడు'. నిన్ను కాపాడే వాళ్ళు ఎవరూ లేరు. నిన్ను నువ్వే కాపాడుకోవాలి, అంటే నిన్ను నీవే ఉద్ధరించుకోవాలి అని చెప్పడానికి మాత్రమే ఆ దేవుళ్ళనే వారు భూమి మీదకు వచ్చారు. అంతే తప్ప వారు మాత్రమే దేవుళ్ళు కాదు. అందరూ దేవుళ్ళే. వాళ్ళు తెలుసుకున్నారు. మనం తెలుసుకోలేదు. దేవుళ్ళకు, మనకు ఇదే తేడా.

లోకంలో ఇది అర్థం కాకపోవడానికి ముఖ్య కారణం ప్రతి బోధకుడు దేవుడు గొప్పవాడు నువ్వు మానవుడు అని నిత్య బోధలు చేయడమే. కనీసం ఒక్కసారైనా నువ్వూ దేవుడవే అని చెప్పిన వారెవరూ లేరు. 'అహం బ్రహ్మాస్మి' అన్న వేదవాక్కు అర్థం అయ్యేటట్టు చెప్పగలిగిన వారే లేరు. అలాగే ప్రతి ఒక్కరూ దేవుడని తెలుసుకోగలిగే ధ్యాన మార్గం చెప్పలేకపోవడమే దీనికి ముఖ్య కారణం.

లోకంలో దేవుళ్ళను కోరే ఆరాధనా మార్గాలు కోకొల్లలుగా వున్నాయి కానీ, నువ్వే దేవుడవు అందరూ దేవుళ్ళే అని అవగాహన కలిగించే 'ధ్యాన మార్గం' చాలా కొద్దిమందికే తెలుసు. కానీ ఎవరైతే ధ్యానం చేస్తారో మెల్లిగా తానే దేవుడని అనుభవపూర్వకంగా తెలుసుకుంటారు. ఒక రకంగా 'ధ్యానం' అన్నది మానవులను మాధవులుగా మార్చగలిగే అద్భుతమైన సాధన.

ధ్యాన సాధన చేసి యోగులంతా యీ సత్యాన్ని తెలుసుకున్నారు. "అహం బ్రహ్మాస్మి" అన్న వేద వాక్కులోని సత్యాన్ని తెలుసుకున్నారు. లోకంలోని వారిచే దేవుళ్ళని కీర్తించబడుతున్నారు. అందుచేత మనం కూడా 'ధ్యానం' చేద్దాం. మనమే దేవుళ్ళమని తెలుసుకుందాం.

భగవంతుణ్ణి ఆశ్రయించాలా?

కష్టాలు వస్తే భగవంతుణ్ణి ఆశ్రయించాలని ఎందుకు అంటారు? అంతా భగవంతుడు వేరే వున్నాడు, వస్తాడు, రక్షిస్తాడు అనేటువంటి మూఢ నమ్మకంలో వున్నారు కాబట్టి ఆశ్రయించాలి అంటారు. కానీ ఆశ్రయించడం కాదు తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. ఏమని తెలుసు కోవాలి? ఎవరినయితే రక్షించమని ప్రార్థిస్తున్నామో ఆయనే నేనని తెలుసుకోవాలి. ఇది తెలుసుకోనంత వరకు శక్తి హీనులుగా ప్రవర్తిస్తాం. తెలుసుకుంటే అపారశక్తివంతులవుతాం.

నీవు భగవంతుని కంటే వేరే వుంటే ఆశ్రయిస్తావు. వేరే లేనపుడు ఎలా ఆశ్రయిస్తావు? ఎవరిని ఆశ్రయిస్తావు? 'ధ్యానం' చెయ్యడమంటే ఎవరినో ఆశ్రయించడం కాదు. 'నేను' వేరు అన్నది శూన్యం చేసుకోవడం, 'నేనే' అంతా అని తెలుసుకోవడం.

ఇంకా ఏమని తెలుసుకోవాలి? నేను సర్వశక్తివంతుడైన ఆ భగవంతుణ్ణి, అనంతశక్తిని, అన్నీ నేనే, ప్రతీదీ నేనే! అసలు నేను తప్ప వేరొకటి లేదని తెలుసుకోవాలి. ఈ స్థితి రావాలంటే నేను అల్పుడను అనేన భావం పోవాలి.

దానికి నేను అనుకునే మనస్సు శూన్యమవ్వాలి. అది శూన్యమవుతేనే అధిక నేను అనుభవంలోనికి వస్తుంది. అలా అనుభవంలోకి వస్తేనే అనంతశక్తులు సంప్రాప్తిస్తాయి. లేకపోతే వూరికే తెలుస్తుంది తప్ప శక్తులు మాత్రం వుండవు.

ఎవరో శక్తులు ఇవ్వడం కాదు, నీ శక్తిని నీవు గుర్తించాలి, తెలుసుకోవాలి, నేను శక్తి లేనివాడను అని అనుకున్నంత కాలం నీవు శక్తి హీనుడుగానే వుంటావు.

నీవు ఒకరి కాళ్ళకు నమస్కరించావు అంటే వారి కంటే నీవు తక్కువ అని భావిస్తున్నట్టే. అలాగే ఒక విగ్రహానికి, ఫోటోకి పూజలు చేస్తున్నావంటే వాటి కంటే నీవు తక్కువని భావిస్తున్నట్టే. ఇలాంటి ప్రవర్తనతో నేను అల్పుడననే భావం వ్యక్తం చేస్తున్నట్టే. అలాంటి భావంతో వున్నంత కాలం నీవు శక్తిహీనుడుగా వుంటావు. ప్రవర్తిస్తావు. కానీ నేను శక్తివంతుడను అనే భావంలో వుంటే నీవు శక్తివంతుడవుతావు. భావమే కాదు, భావంతో పాటు నీ ప్రవర్తన కూడా శక్తివంతుడిలా వుండాలి. కారణం నీ ప్రవర్తనే నీ భావాన్ని సూచిస్తుంది. నీ భావమే నీ వాస్తవాన్ని సృష్టిస్తుంది. నీ భావాన్ని బట్టే నీవుంటావు. 'యద్భావం తద్భవతి' అన్నారుగా.

అందుచేత ధ్యానం చేసి నేను అల్పుడననే భావం తొలగించుకోవాలి. మనం కూడా శక్తివంతులుగా మారాలి. అందుచేత భగవంతుణ్ణి ఆశ్రయించడం కాదు. నేనే భగవంతుణ్ణని తెలుసుకోవాలి.

పరదృష్టి కాదు - స్వదృష్టి కావాలి

సహజంగా లోకంలో ఇతరుల మీద దృష్టి పెట్టేవారే ఎక్కువ వుంటారు. అంటే ఇతరులను విమర్శించడం, ఇతరులలో లోపాలు చూడటం, ఇతరుల గురించి ఆలోచించడం. ఇతరుల సేవ, ఇతరులను ఉద్ధరించడానికి తాపత్రయపడటం చేస్తూంటారు. కానీ తన గురించి ఆలోచించరు. తన లోపాల గురించి ఆలోచించరు.

కానీ ఇతరుల మీద దృష్టి వుంచేవారి కంటే తన మీద తాను దృష్టి పెట్టినవాడే గొప్పవాడవుతాడు. అందుచేత మన మీద మనం దృష్టి పెడితే ఏమవుతుందో తెలుసుకుందాం.

మీ మీద మీరు దృష్టి పెడితే మీ శక్తి ఏమిటో మీకు తెలుస్తుంది. మీ శక్తిని వెలికి తీసుకుంటారు. మీ ప్రజ్ఞ బయటకు వస్తుంది. మీలో వున్న ఆనందం మీకు వ్యక్తమవుతుంది. మీ సమస్యలకు కారణం తెలుస్తుంది. మీ సమస్యలలోంచి ఎలా బయటపడగలరో తెలుస్తుంది. ఏమి చెయ్యాలో తెలుస్తుంది. ఏమి చెయ్యకూడదో తెలుస్తుంది. సృష్టి గురించి తెలుస్తుంది. సృష్టి రహస్యాలు తెలుస్తాయి. నీవెవరో తెలుస్తుంది. నీవే భగవంతుడవని తెలుస్తుంది. నీవే అంతా అని తెలుస్తుంది. నీకు భిన్నంగా వేరే ఏదీ లేదని తెలుస్తుంది. అంతా ఒక్కటే అన్న సత్యం తెలుస్తుంది.

అప్పుడు స్వఆరాధనే భగవదారాధనని తెలుస్తుంది. అందుచేత పరుల మీద దృష్టి కాదు – మీ మీద మీరు దృష్టి వుంచండి. అపుడు పరులకు ఆధీనులు కారు. మీకు మీరు ఆధీనులు అవుతారు. పరతంత్రులు కారు – స్వతంత్రులు అవుతారు. అపుడు పరులనును విమర్శించరు – స్వవిమర్శ చేసుకుంటారు. పరుల మీద అభిమానం పోతుంది – స్వాభిమానం పెరుగుతుంది. పరభక్తి పోతుంది – స్వభక్తి పెరుగుతుంది. పరసేవ కాకుండా స్వసేవ చేసుకుంటారు. పరుల ఉద్ధరణ మాని – మిమ్మల్ని మీరు ఉద్ధరించుకుంటారు. అపుడు పరులకు వశులు కారు – మీకు మీరు వశులు అవుతారు.

అప్పుడు మీ జీవితమే మారిపోతుంది. మీరే భగవత్ స్వరూపులుగా విరాజిల్లుతారు.

ప్రేమ

"సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ"

అంతా బ్రహ్మమయం అంటే అన్నీ భగవత్ స్వరూపాలే.

కాబట్టి ప్రతీదాన్ని ప్రేమించాలి. ప్రేమతో చూడాలి. నీ భార్యా పుత్రులనే కాదు. నీ పొరుగు వారినీ, అందరినీ ఆఖరికి సమస్త జీవులను, కోడి, మేకే కాదు. చీమ, దోమని కూడా ప్రేమించాలి. ప్రేమ నీ సహజ గుణం కావాలి.

పని మనిషి చేత పని చేయించుకోవచ్చు. కానీ ప్రేమతో చూడాలి. గౌరవించాలి, అవమానించకూడదు, హేళన చెయ్యకూడదు. హీనంగా చూడకూడదు. అపుడు ఆ పని మనిషిని నీకు చేసే సేవ వేరొక విధంగా వుంటుంది. అలాగే నీ భార్య కూడా, నీ భర్త కూడా, నీ పిల్లల్ని కూడా.

అలాగే ఎద్దు చేత, గుర్రం చేత పని చేయించుకోవచ్చు కానీ దాని అవసరాలు తీర్చాలి. వేళకు దానికి కావలసిన మేత, నీరు ఇవ్వాలి. వూరికే కొట్టకూడదు. హింసించకూడదు.

మొక్కలను ప్రేమించాలి. వాటిని అవసరానికి ఉపయోగించు కోవాలి. అనవసరంగా నరకకూడదు. కొమ్మలు, రెమ్మలు విరవకూడదు. ఆకులు తుంచకూడదు. ప్రేమతో వాటిని ఉపయోగించుకుంటే అవి ఉపయోగపడే విధానం ఒక రకంగా వుంటుంది. అహంకారంతో హక్కుగా వుపయోగించుకుంటే అవి వుపయోగపడే విధానం మరొక రకంగా వుంటుంది.

పూలు కోయకూడదు కారణం విగ్రహం కంటే పువ్వులే ఇంకా పెద్ద భగవంతుడు.

అలాగే త్రాగేనీటిని కూడా గౌరవించాలి. నువ్వు కుర్చీలో కూర్చుని కాళ్ళదగ్గర నేలపై వుంచకూడదు. నీకు సమ స్థితిలో ఏదో ఒక టేబుల్‌పై వుంచాలి. అలాగే అన్నాన్ని కూడా ప్రేమించాలి. కారణం "అన్నం పరబ్రహ్మ స్వరూపమని" అన్నారుగా. అందుచేత ఆహారం వృధా చెయ్యకూడదు. ప్రీతితో ఆరగించాలి. అయిష్టంగా తినకూడదు. చీదరించుకోకూడదు. పనికి రాని దానిగా పారవేయకూడదు. అందుచేత అన్నిటిని ప్రేమించండి. ప్రేమ అన్నది సహజ గుణంగా మార్చుకోండి. దానికి ధ్యానం ఒక్కటే మార్గం.

దశావతార ప్రాశస్త్యం

మానవుణ్ణి మానవుడనుకుంటే పొరపాటు. మానవుడు మానవుడు కాదు. మానవ రూపంలో వున్న దేవుడు.

దేవుళ్ళంటే ఎక్కడో లేరు. సృష్టిలో అందరూ దేవుళ్ళే. "సర్వం ఖల్విదం బ్రహ్మ" అన్నారుగా.

అందుచేత మానవులంటే మానవ రూపంలో వున్న దేవుళ్ళు. అలాగే జంతువులంటే జంతువుల రూపంలో వున్న దేవుళ్ళు, పక్షులంటే పక్షుల రూపంలో వున్న దేవుళ్ళు, అలాగే క్రిమి కీటకాలూ దేవుళ్ళే. అంతా దేవుళ్ళే. కానీ రూపాలే తేడా! ఈ విషయాన్ని మనం దశావతారాల ద్వారా తెలుసుకోవచ్చు. భగవంతుడు అన్ని రకాల రూపాలలో వున్నాడని వివరించటానికే పురాణాలలో వున్నటువంటి దశావతారాలు.

మత్స్యావతారం :-

జలచరాలన్నీ భగవంతుడే అని సందేశం ఇచ్చే అవతారం.

కూర్మావతారం :-

ఉభయ చరాలన్నీ భగవంతుడే అని సందేశం ఇచ్చే అవతారం.

వరాహావతారం :-

భూచరాలన్నీ భగవంతుడే అని సందేశం ఇచ్చే అవతారం.

నరసింహావతారం :-

పరిణామ క్రమంలో జంతువులు మానవులుగా పరివర్తన చెందుతాయి అని సందేశం ఇచ్చే అవతారం. ఇక్కడ మనం తెలుసుకోవలసింది "మార్పు చెందిన జంతువులే ప్రస్తుత మానవులు. మార్పు చెందబోయే మానవులే ప్రస్తుత జంతువులు" అందుచేత మార్పు చెందనివి, చెందినవి అన్నీ భగవంతుడే అని సందేశమిచ్చే అవతారం.

వామనావతారం :-

మానవులంతా భగవంతుడని సందేశం ఇచ్చే అవతారం.

పరశురామావతారం :-

ఈ యొక్క సృష్టి సత్యం గ్రహించక అహంకారంతో తానే రాజునని, తానే గొప్పవాడినని విర్రవీగేవారికి బుద్ధి చెప్పి అంతా సమానమని అహకారం వద్దని సందేశం ఇచ్చే అవతారం.

రామావతారం :-

అంతా ఒక్కటే అన్న సత్యాన్ని గ్రహించక ఇతరులను, ఇతర జీవులను హింసించే రాక్షసులను సంహరించి లోకానికి ఈ సత్యాన్ని తెలియచేసే అవతారమే రామావతారం.

కృష్ణావతారం :-

అంతా నేనే, అందరూ నేనే అనే సత్యం తెలియక అంతా వేరు వేరు అనుకుంటూ తన స్వార్థం కోసం ఇతరులను హింసించి, సృష్టి ధర్మాన్ని అతిక్రమించే దుర్మార్గులకు, దుష్టులకు బుద్ధి చెప్పి... ధర్మాన్ని ఆశ్రయించే వారు రక్షింపబడతారని, అధర్మాన్ని ఆశ్రయించే వారు శిక్షింపబడతారని సందేశం ఇచ్చే అవతారమే కృష్ణావతారం.

బుద్ధావతారం :-

అహింసను బోధిస్తూ, ధ్యానం ద్వారా నిర్వాణాన్ని పొందవచ్చు, సమస్త దుఃఖాల నుంచి, కష్టాల నుంచి శాశ్వతంగా బయటపడవచ్చని సందేశం ఇచ్చే అవతారం.

కల్కి అవతారం :-

ఇన్ని అవతారాల ద్వారా సందేశం ఇచ్చినా ఇవి గ్రహించక రకరకాల తప్పులు చేస్తూ, పాపాలు చేస్తూ అధర్మంగా ప్రవర్తిస్తూ స్త్రీలను, జంతువులను హింసిస్తూ, భూలోకాన్ని నరకంగా మార్చిన వారందరిని అంతమొందించి సత్యయుగాన్ని స్థాపించడానికి వచ్చిన అవతారమే కల్కి అవతారం.

అందుచేత దశావతారాలు అంతా ఒకటే, అన్నీ భగవత్ స్వరూపాలేనన్న సందేశం ఇవ్వడమే కాదు, ఇది అర్థం చేసుకోకుండా విరుద్ధంగా ప్రవర్తించేవారు శిక్షింపబడతారని ఖచ్చితంగా తెలియచేసే అవతారాలు. అంతేకానీ కొబ్బరికాయలు, అరటి పళ్ళు తీసుకుని అందరినీ రక్షించటానికి వచ్చిన అవతారాలు కాదు. అహింసను పాటించేవారు. ధర్మం ప్రకారం నడుచుకునేవారు రక్షింపబడతారు లేని వారు శిక్షింపబడతారు, అన్న సందేశం ఇవ్వటానికి వచ్చిన భగవంతుని అవతారాలే దశావతారాలు.

ఇది గ్రహించి సమస్త జీవులు భగవంతుని రూపాలేనని తెలుసుకుని అన్నీ ఒకటేనని తెలుసుకుని, అన్నిటి పట్ల మైత్రీభావం కలిగి అన్నిటితో స్నేహంగా మెలగి, ధర్మాన్ని ఆచరించి, అహింసను పాటించి “అహం బ్రహ్మాస్మి” అన్న సత్యాన్ని తెలుసుకుని జీవిత లక్ష్యాన్ని సాధించాలి. దీనికి ధ్యానం చెయ్యాలి. ధ్యానం చేస్తే దశావతారాల ప్రాశస్త్యం తెలుస్తుంది.

ఎవరు గొప్పవారు?

1) అవిశ్రాంతంగా శ్రమించేవారు. సమయాన్ని వృధా చెయ్యనివారు.
2) సత్యాన్ని నిర్మొహమాటంగా చెప్పగలిగేవారు, భయపడనివారు.
3) కోట్లకు పడగలెత్తినవాడైనా, సామాన్యుడైనా ఒక్కటిగా చూడగలిగేవారు.
4) జంతువులతో పాటు అంతా ఒక్కటే, అన్నీ దైవస్వరూపాలే కాబట్టి జీవులపై హింస జరగకుండా పోరాడేవారు. అన్ని జీవులతో, ప్రకృతితో స్నేహం చేసేవారు.
5) ఎంతటి మహిమాన్వితుడైనా మహత్యాలు చూపించని వారు, మాయలు, మంత్రాలు ప్రదర్శించని వారు.
6) విగ్రహం దైవం కాదు, ఆత్మే దైవం కాబట్టి ఆత్మారాధన చెయ్యమనేవారు.
7) పట్టుపురుగుల హింసకు కారణమైన పట్టు వస్త్రాలు త్యజించమనేవారు.
8) సామాన్యులలో సామాన్యుడిగా కలిసిపోయేవారు.
9) అంతా ఒకటే కాబట్టి ఆశీర్వచనాలు, పాద నమస్కారాలు వ్యతిరేకించేవారు.
10) మాటమీద ఎరుకతో వుండేవారు, వాక్క్షేత్రాన్ని సరిచేసేవారు.
11) ప్రతీ ఒక్కరికి ప్రతీ క్షణం ఎలా జీవించాలో నేర్పించగలిగేవారు.
12) అహంకారం లేని వారు, అపారమైన జ్ఞాన సంపద కలిగినవారు.
13) అపారమైన ప్రజ్ఞాపాటవాలు కలిగి వుండటమే కాదు. అందరినీ జ్ఞానవంతులుగా చేయటానికి కృషి చేసేవారు.
14) ఎంత గొప్పవారైనా సామాన్యునిలా కనిపించే వారు ప్రత్యేకతలు లేనివారు ప్రత్యేక వేషధారణ లేనివారు. అందరితో సమానంగా జీవించగలిగేవారు.
15) అన్ని పరిస్థితులలో, ఒకే రకంగా జీవించగలిగేవారు, అన్నిటిని సమంగా తీసుకోగలిగేవారు. ఎప్పుడూ వర్తమానంలో జీవించగలిగేవారు.

ఇలా జీవించే వారే గొప్పవారు. అలా జీవించే వారిలో పత్రీజీ అగ్రగణ్యులు. ధ్యానం చేస్తే ఎవరైనా అంతటి గొప్పవారు కాగలరు. అందుచేత మనం కూడా ధ్యానం చేద్దాం. గొప్పవారమవుదాం.



ధ్యానం అంటే శ్వాస మీద ధ్యాస
ప్రపంచ మాస్టర్లలారా! ఏకం కండి!



పిరమిడ్ ధ్యానుల 18 ఆదర్శ సూత్రాలు

1. సరైన ధ్యానం... అంటే ఆనాపానసతి ధ్యానం... క్రమం తప్పకుండా చేయాలి; ఆనాపానసతి ధ్యానాన్ని అందరిచేతా చేయించాలి.
2. ఆత్మవిజ్ఞాన పుస్తకాలను విస్తారంగా చదవాలి... ఉదాహరణకు : స్వామీ రామా, యోగానంద పరమహంస, ఓషో, లోబ్‌సాంగ్ రాంపా, కాస్టానెడా, జేన్ రాబర్ట్స్, రిఛార్డ్ బాక్, అనీబిసెంట్, లిండా గుడ్‌మాన్, దీపక్ చోప్రా, బ్రయాన్ వైస్, సిల్వియా బ్రౌన్, బార్బరా మార్సిన్యాక్.... మొదలైన మాస్టర్ల యొక్క అద్భుత గ్రంథాలు.
3. ధ్యానంలో కలిగే అనుభవాలను తోటి ధ్యానులతో విధిగా పంచుకోవాలి.
4. వీలయినంత వరకు మౌనాన్ని పాటించాలి.
5. పౌర్ణమి రాత్రులలో ధ్యానం తప్పనిసరి... వీలయినంత సామూహికంగా!
6. అవకాశం ఉన్న చోటల్లా పిరమిడ్ శక్తిని ఇతోధికంగా వినియోగించుకోవాలి!
7. మందులనూ, డాక్టర్లనూ మర్చిపోండి! స్వీయ ధ్యాన శక్తితోనే, ఎవరిని వారే స్వస్థత పరచుకోవాలి!
8. మాంసాహారం ముట్టకండి! కోడిగ్రుడ్లు సైతం నిషిద్ధం! శాఖాహారంలోనూ పరిమితాహారమే యుక్తం.
9. ప్రకృతితో సహజీవనం నెరపుతూ వుండాలి; అడవుల్లో, వనసీమల్లో విహార యాత్రలు, ట్రెక్కింగ్‌లు అధికంగా చేస్తూండాలి.
10. ఆధ్యాత్మికతలో ప్రత్యేక వేషధారణ, నామధారణలు లేవు! నామాలు, బొట్లు తదితరాలు ససేమిరా వుండకూడదు!
11. చిన్ననాటి నుంచే పిల్లలకు ధ్యాన శిక్షణ విధిగా గరపాలి.
12. ఎవ్వరూ శిష్యులుగా వుండకూడదు.... అందరూ మాస్టర్లుగానే విరాజిల్లాలి.
13. ధ్యాన శిక్షణా కార్యక్రమాల్లో డబ్బు లావాదేవీలు పెట్టుకోకూడదు.
14. విగ్రహారాధన కాదు! ఆత్మ ఆరాధనే ముక్తికి మార్గం! జీవించి వున్న మాస్టర్లనూ పూజించకూడదు.
15. స్వంత ఆత్మశక్తితోనే... సర్వ వ్యక్తిగత సమస్యలను, ఎప్పటికప్పుడు పరిష్కరించుకుంటూ వుండాలి.
16. సాధారణ గృహస్థ జీవితాన్ని ఆనందంగా గడపాలి.
17. అన్ని గ్రామాలలోనూ, అన్ని పట్టణాలలోనూ పిరమిడ్ ధ్యాన కేంద్రాలను విధిగా నెలకొల్పాలి.
18. ధ్యానానుభవాలనూ, ఆధ్యాత్మిక ప్రగతి విశేషాలనూ లిఖితపరచి విధిగా ప్రచురించాలి.

తటవర్తి వీరరాఘవరావు గారి రచనలు

1) జీవితశాస్త్రం (మొదటి భాగం)- రూ.100/-
2) జీవితశాస్త్రం (రెండవ భాగం)- రూ.100/-
3) జీవిత సత్యాలు - రూ.100/-
4) భగవంతుడంటే - రూ.100/-
5) సత్యమార్గం - రూ.100/-
6) ఆత్మ శాస్త్రం - రూ.100/-
7) ధ్యాన శాస్త్రం - రూ.100/-
8) జ్ఞానరసగుళికలు (పత్రీజీ) - రూ.100/-
9) పరమగురువుల
ప్రబోధాలు (పత్రీజీ) - రూ.100/-
10) భగవద్గీతా సారం -
శ్రీ కృష్ణ సందేశం - రూ.100/-
11) ధ్యాన శక్తి - రూ.100/-
12) తెలుసుకోండి - రూ.120/-
13) జీవిత సూక్ష్మాలు - రూ.120/-
14) గీతాసందేశం - రూ.100/-
15) కర్మ సిద్ధాంతం - రూ.60/-
16) బ్రహ్మాజ్ఞానం - రూ.60/-
17) ఆత్మజ్ఞానం ఎందుకు? - రూ.70/-
18) ధ్యానమంటే ? - రూ.50/-
19) జ్ఞాన జ్యోతి - రూ.70/-
20) జ్ఞాన కుసుమాలు - రూ.50/-
21) దుఃఖ నివారణామార్గం- రూ.60/-
22) త్రివిధాలు - రూ.60/-
23) ధ్యానం (పత్రీజీ) - రూ.50/-
24) ధ్యానం వల్లనే జ్ఞానం - రూ.60/-
25) అతీంద్రియ శక్తులు - రూ.50/-
26) శాస్త్రాల అర్థం- అంతరార్థం - రూ.50/-
27) ఆశ్చర్యం... ఆశ్చర్యం - రూ.50/-
28) విద్యార్థుల వికాసానికి
ధ్యాన విద్య - రూ.50/-
29) మౌన ధ్యానం - రూ.40/-
30) ఈ జీవితం ఎందుకు? - రూ.50/-
31) నిర్వాణ మార్గం - రూ.50/-
32)షిరిడీసాయి సందేశాలు - రూ.40/-
33) భాగవత సన్నివేశాల
అంతరార్థం - రూ.40/-
34) భూతదయే దైవత్వం - రూ.40/-
35) ఆలోచించండి - రూ.40/-
36) సంకల్పమంటే? - రూ.50/-
37) మరోజన్మ (తటవర్తి రాజ్యలక్ష్మి) - రూ.30/-
38)మనం ఇహలోకవాసులమా?
పరలోకవాసులమా? - రూ.20/-
39) శాకాహారమే మానవాహారం - రూ.15/-
40) అహింస మరియు
శాఖాహారం - రూ.15/-

పుస్తకముల కొరకు :
తటవర్తి వీర రాఘవరావు,
తటవర్తివారి వీధి, భీమవరం-1. ప॥గో॥జిల్లా.
సెల్ : 9440309812, 9490171853



జ్ఞానం రెండు రకాలు (1) సత్య జ్ఞానము, (2) అసత్యజ్ఞానము.

భగవంతునికి సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని సత్యజ్ఞానమంటారు. భగవంతుని సృష్టికి సంబంధించిన జ్ఞానాన్ని అసత్య జ్ఞానమంటారు.

అందుచేత భగవంతుని గురించి, భగవంతుని సృష్టి గురించి, సృష్టిలోని జీవుల గురించి తెలుసుకోవడమే జ్ఞానం. వీటి గురించి అవగాహన వున్నవారిని జ్ఞాని అంటారు. అవగాహన లేని వారిని అజ్ఞాని అంటారు.

ఈ జ్ఞానమున్న వారు సృష్టికి, సృష్టి ధర్మాలకు అనుగుణంగా ప్రవర్తిస్తారు. ఆనందంగా జీవిస్తారు. ఈ జ్ఞానం లేని వారు సృష్టికి, సృష్టి ధర్మాలకు విరుద్ధంగా ప్రవర్తిస్తారు, కష్టాల పాలవుతారు, దుఃఖాన్ని పొందుతారు. అంటే మానవుని దుఃఖానికి కారణం జ్ఞానం లేక పోవడమే. అందుచేత అనంతమైన ఈ జ్ఞానం గురించి కొంచమైనా తెలియ చేసే ప్రయత్నమే ఈ 'జ్ఞాన జ్యోతి'.

మీ...

తటవర్తి వీరరాఘవరావు

రూ.70/-